



universität
wien

MASTERARBEIT

Titel der Masterarbeit

„Bedarfsanalyse hinsichtlich Ernährungserziehung
im Kindergarten“

1. Band

Verfasserin

Nadja Aigner Bakk.rer.nat.

angestrebter akademischer Grad

Master of Science (MSc)

Wien, 2012

Studienkennzahl lt. Studienblatt:

A 066 838

Studienrichtung lt. Studienblatt:

Masterstudium Public Health Nutrition

Betreuerin / Betreuer:

Ass. Prof. Dr. Petra Rust

Gesundheit wird im Alltag
hergestellt – dort wo Menschen
leben, arbeiten,
lieben und spielen...

(Ottawa Charta 1986)

Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre hiermit eidesstattlich, dass die vorliegende Diplomarbeit selbständig und ohne fremde Hilfe verfasst wurde. Es wurden keine anderen als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel verwendet. Die wörtlich oder inhaltlich entnommenen Stellen aus den benutzten Quellen wurden als solche kenntlich gemacht. Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form keiner Prüfungskommission vorgelegt oder veröffentlicht.

Wien, Jänner 2012

Unterschrift _____

Kurzfassung

Wie auch in anderen Industrieländern, ist österreichweit ein Anstieg übergewichtiger und mangelernährter Kind erkennbar. Da das Ernährungsverhalten und Gesundheitsbewusstsein vor allem in den ersten Lebensjahren geprägt wird, ist es besonders wichtig in den Kindertagesstätten mit Ernährungserziehung und Bewegungserziehung zu beginnen. Demzufolge leitet sich die Forschungsfrage „Besteht ein Bedarf hinsichtlich Ernährungserziehung in Kindergärten?“ ab.

Die Befragung von 23 Kindergartenpädagoginnen in Wiener Kindergärten und die Interpretation der transkribierten Interviews anhand der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring, brachte zahlreiche Aufschlüsse der aktuellen Situation hinsichtlich Ernährungserziehung in Kindergärten mit sich.

Dem Thema Ernährung wird immer mehr Aufmerksamkeit geschenkt; sowohl von Seiten der Pädagogen/Pädagoginnen, als auch teilweise von Seiten der Eltern. Ernährungserziehung wird jeden Tag in den Kindergartenalltag integriert und in internen oder externen Ernährungserziehungsprojekten gefestigt. Ein Verbesserungsbedarf besteht in der Unterstützung der Kindergärten von externen Stellen und hinsichtlich des Budgets, welches für diverse Aktivitäten und Materialien benötigt wird. Aber auch Aus- und Weiterbildungen müssen bezüglich Ernährungserziehung verbessert werden und Eltern müssen hinsichtlich ihrer Rolle als Vorbilder geschult werden.

Nur durch Kooperation von Kindergartenpädagogen/-pädagoginnen, Eltern, Gemeinschaftsverpflegungsbetrieben und politischen Verantwortlichen kann eine gesundheitsfördernde Umgebung geschaffen werden, die alle Aspekte zur Förderung eines optimalen Gesundheitsbewusstseins von Kindern berücksichtigt.

Abstract

As in other industrialized countries, in Austria an increase in overweight and malnourished children is recognized. Dietary behavior and health consciousness are characterized mainly in the first years of life and therefore it is especially important to start early with nutrition education and physical education. For all these reasons the research question "Is there a need in terms of nutrition education in childcare centers?" is derived.

The examination of 23 kindergarten teachers in childcare centers in Vienna and the interpretation of the transcribed interviews using the qualitative content analysis of Mayring brought out numerous outcrops of the current situation with regard to nutrition education in kindergartens.

The subject of nutrition is given more and more attention; from teachers and educators, but also partly due to the parents. Nutrition education is integrated into everyday life in the kindergartens and is strengthened in internal or external nutrition education projects. An improvement is needed in the support of kindergartens forth by external bodies and in terms of budget, which is needed for various activities and materials. But also training and education regarding nutrition education must be improved and parents need to be trained in their role as role models.

Only through a cooperation of kindergarten staff, parents, catering companies and policy makers, a healthy environment can be created, that consider all aspects of the promotion of optimal health awareness of children.

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	I
Abkürzungsverzeichnis	VI
Abbildungsverzeichnis	VIII
Tabellenverzeichnis	IX
1. Einleitung	1
2. Literaturteil	4
2.1. Allgemeine Definitionen	4
2.1.1. Public Health	4
2.1.2. Gesundheit	4
2.1.3. Gesundheitsförderung vs. Prävention	5
2.1.4. Gesundheitserziehung und Gesundheitsbildung	6
2.2. Gesundheits- und Ernährungsstatus im Kindesalter	8
2.2.1. Ernährungs- und Nährstoffempfehlungen für Kleinkinder	8
2.2.2. Gesundheits- und Ernährungsstatus von Kleinkindern	14
2.2.2.1. Multifaktorielle Ursachen von Gesundheitsbelastungen	17
2.2.2.2. Maßnahmen zur Reduzierung von Gesundheitsbelastungen im Kindesalter	18
2.2.3. Entwicklung von Geschmackspräferenzen und Essverhalten im Kindesalter	19
2.2.4. Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten	21
2.3. Der Kindergarten als Ort der Gesundheitsförderung	24
2.3.1. Kindertagesheimstatistik 2010/2011 für Österreich	24
2.3.1.1. Mitarbeiter	25
2.3.1.2. Erhalter	25
2.3.1.3. Betreuungsquote	25

2.3.1.4. Öffnungszeiten	26
2.3.1.5. Migrantenanteil	26
2.3.1.6. Gruppengröße.....	26
2.3.2. Wiener Kinderbetreuungseinrichtungen	27
2.3.2.1. Zuständige Abteilungen	27
2.3.2.2. Kindertagesheimgesetz und Kindertagesheimverordnung.....	28
2.3.2.3. Pädagogische Schwerpunkte der MA 10	29
2.3.2.4. Barcelona-Ziele der EU	30
2.3.2.5. Ausgaben.....	31
2.3.2.6. Gratiskindergarten.....	31
2.3.2.7. Verpflichtendes Kindergartenjahr	32
2.3.2.8. Kindertagesheimstatistik für Wien.....	32
2.3.3. Bildungsrahmenplan für Österreich.....	36
2.3.4. Verpflegung im Kindergarten.....	41
2.3.4.1. ÖGE-Gütesiegel.....	42
2.3.4.2. Mahlzeiten in Kinderbetreuungseinrichtungen	42
2.3.4.3. Rahmenbedingungen rund um die Mahlzeitengestaltung	43
2.3.4.4. Verpflegung in Wiener Kindergärten	44
2.3.5. Ernährungserziehung und -bildung im Setting Kindergarten	46
2.3.5.1. Europäisches Kerncurriculum – Inhalte und Lernziele der Ernährungsbildung	48
2.3.5.2. Tipps zur Umsetzung einer optimalen Kindergartenverpflegung	49
2.3.6. Ernährungserziehungsprojekte in österreichischen Kindergärten	50
2.4. Ausbildung zur Kindergartenpädagogin/ zum Kindergartenpädagogen in Österreich.....	54
2.4.1. Ausbildungswege zum Kindergartenpädagogen, beziehungsweise zur Kindergartenpädagogin.....	54

2.4.2. Lehrplan der Bildungsanstalt für Kindergartenpädagogik.....	58
2.4.2.1. Studentafel der 5-jährigen Ausbildung	59
2.4.2.2. Pflichtgegenstände mit gesundheitsfördernden Inhalten	60
2.4.3. Weiterbildungsmöglichkeiten im Bereich Ernährungserziehung	65
2.4.3.1. Ernährungsakademie	65
2.4.3.2. GIVE-Servicestelle für Gesundheitsbildung.....	66
2.4.3.3. Workshops und Veranstaltungen	66
3. Material und Methoden	69
3.1. Forschungsfragen	71
3.2. Forschungsdesign	72
3.2.1. Qualitative Forschungsstrategie.....	72
3.2.2. Erhebungsmethode: problemzentriertes Leitfaden-Interview	74
3.2.3. Stichprobenauswahl und Beschreibung der Stichproben.....	75
3.2.4. Erhebungsinstrument: Leitfaden für die Befragung der Kindergartenpädagoginnen	79
3.2.5. Durchführung der Befragung.....	81
3.2.6. Durchführung der Datenaufbereitung	82
3.2.7. Auswertungsmethode: Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring	83
3.3. Datenauswertung, Darstellung und Interpretation der Ergebnisse	88
3.3.1. Erstellung und Definierung des Kategoriensystems	88
4. Ergebnisse und Diskussion	93
4.1. Mahlzeitenangebot im Kindergarten.....	93
4.1.1. Verantwortlichkeit für die Speisengestaltung.....	93
4.1.2. Mahlzeitengestaltung	95
4.1.3. Räumlichkeiten für das Essen.....	99

4.1.4. Zusammenfassung der Kategorie Mahlzeitengestaltung/ -angebot.....	100
4.2. Ernährungserziehung	101
4.2.1. Ziele	101
4.2.2. Regeln	103
4.2.3. Projekte	105
4.2.4. Bewegungserziehung	108
4.2.5. Zeitlicher Rahmen für Ernährungserziehung.....	109
4.2.6. Schwierigkeiten	111
4.2.7. Unterschiede bei sozial benachteiligten Kindern	113
4.2.8. Zusammenfassung der Kategorie Ernährungserziehung im Kindergarten ..	115
4.3. Interesse der Kinder und Eltern an Ernährung und Ernährungserziehungsprojekten	117
4.3.1. Interesse der Kinder an Ernährungserziehung und Ernährungsprojekten ...	117
4.3.2. Teilnahmebereitschaft der Kinder an Projekten	118
4.3.3. Interesse der Eltern an Ernährungserziehung und Ernährungsprojekten.....	120
4.3.4. Teilnahmebereitschaft der Eltern an Ernährungsprojekten	121
4.3.5. Zusammenfassung der Kategorie Interesse der Kinder und Eltern an Ernährungserziehung	123
4.4. Einschätzungen zum Ernährungsstatus der Kindergartenkinder	124
4.4.1. Mangelernährung	124
4.4.2. Nährstoff- und Vitaminversorgung.....	125
4.4.3. Zusammenfassung der Kategorie Ernährungsstatus	126
4.5. Wissensstand über Ernährungserziehung von Kindern.....	127
4.5.1. Ausbildung zur Kindergartenpädagogin	127
4.5.2. Wissensaneignung durch Weiterbildungen	129
4.5.3. Wissenserweiterung durch Selbstinitiativen.....	131

4.5.4. Einschätzung des Wissensstandes	132
4.5.5. Weiterbildungswünsche.....	133
4.5.6. Zusammenfassung der Kategorie Wissensstand.....	135
4.6. Änderungswünsche der Kindergartenpädagoginnen	136
4.6.1. Zufriedenheit im Job.....	136
4.6.2. Änderungsbedarf in die Ausbildung	137
4.6.3. Änderungswünsche im Bereich Ernährung und Bewegung	140
4.6.4. Änderungswünsche in Hinsicht auf organisatorische und gesetzliche Bereiche	142
4.6.5. Unterschiede in den Bedürfnissen zwischen privaten und staatlichen Kindergärten	143
4.6.6. Zusammenfassung der Kategorie Änderungswünsche/ -bedürfnisse	147
5. Schlussbetrachtung	148
6. Zusammenfassung.....	155
7. Summary.....	157
8. Literaturverzeichnis.....	159
9. Anhang	168

Abkürzungsverzeichnis

€	Euro
§	Paragraph
µg	Mikrogramm
Abb.	Abbildung
BAKIP	Bundesanstalt für Kindergartenpädagogik
BGBL	Bundesgesetzblatt
BLS	Bundeslebensmittelschlüssel
BMI	Body Mass Index
BMwfj	Bundesministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend
bzw.	beziehungsweise
D-A-CH	Deutschland-Österreich-Schweiz
DGE	Deutsche Gesellschaft für Ernährung
einschl.	einschließlich
et al	et alii
etc.	et cetera
EU	Europäische Union
FÄ	Folsäureäquivalent
FGÖ	Fonds Gesundes Österreich
FS	Fettsäuren
g/kg/Tag	Gramm pro Kilogramm Körpergewicht pro Tag
kcal	Kilokalorien
Kita	Kindertagesstätte
LM	Lebensmittel
m ²	Quadratmeter
m/w	männlich/weiblich
MA 10	Magistratsabteilung 10 - Wiener Kindergärten

MAG ELF	Magistratsabteilung 11 - Amt für Jugend und Familie
mg	Milligramm
Mio.	Millionen
n6/n3	Verhältnis Omega-6-Fettsäuren zu Omega-3-Fettsäuren
NAP.e	Nationaler Aktionsplan Ernährung
NUTGECS	A Nutrition Guide for Early Childhood Active Stakeholder
ÖDKH	Österreichischer Dachverband der Berufsgruppen der Kindergarten- und Hortpädagogen/-pädagoginnen
ÖGK	Österreichisches Grünes Kreuz
optimiX [®]	Optimierte Mischkost, Empfehlung des FKE in Dortmund
österr.	österreichisch
RÄ	Retinoläquivalent
RIS	Rechtsinformationszentrum
SFK	Souci-Fachmann-Krau
SSW	Schwangerschaftswoche
Tab.	Tabelle
VHS	Volkshochschule
Vit.	Vitamin
vs.	versus
WHO	World Health Organization
z.B.	zum Beispiel

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Einflussfaktoren auf die Gesundheit	6
Abbildung 2: Ernährungspyramide für Kinder	13
Abbildung 3: BMI-Perzentilen für Mädchen	14
Abbildung 4: BMI-Perzentilen für Jungen	15
Abbildung 5: Entwicklung des Essverhalten	22
Abbildung 6: Übersicht über aktuelle Betreuungsangebote und beschlossene Ausbaumaßnahmen in Bezug auf die Barcelona-Ziele	31
Abbildung 7: Betreute Kinder nach Trägerorganisation	33
Abbildung 8: Lineares Modell des Forschungsprozesses	69
Abbildung 9: Merkmale der Bedarfsforschung auf die vorliegende Arbeit	73
Abbildung 10: Ablaufmodell der qualitativen Inhaltsanalyse mit der Methode der inhaltlichen Strukturierung	86
Abbildung 11: Screenshot der vier Textfelder in MAXQDA ¹⁰	91

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Empfohlene Nährstoffzufuhr pro Tag für Kinder von 1 bis 6 Jahren	9
Tabelle 2: Lebensmittelverzehrmenen in der Optimierte Mischkost für Kinder im Alter von 1 bis 6 Jahren	11
Tabelle 3: Klassifikation des Körpergewichts bei österreichischen Kleinkinder	16
Tabelle 4: Betreuungsformen und Anzahl der Einrichtungen in Österreich	25
Tabelle 5: Auflistung der zuständigen Behörden für Wiener Kinderbetreuungseinrichtungen und deren Aufgabenfelder	27
Tabelle 6: Forderungen des ÖDKH	35
Tabelle 7: Anzahl der Kinder die ihr Mittagessen im Kindergarten einnehmen, österreichweit und in Wien (in %)	45
Tabelle 8: Europäisches Kerncurriculum - Inhalte und Lernziele der Ernährungsbildung für die Altersgruppe 4 bis 7.....	48
Tabelle 9: Tipps zur Umsetzung einer optimalen Kindergartenverpflegung.....	49
Tabelle 10: Ausbildungswege zum/zur Kindergartenpädagogen/ -pädagogin	54
Tabelle 11: Anzahl der Schulen nach Ausbildungsart und nach Bundesländern.....	56
Tabelle 12: Anzahl der Schülerinnen (in Klammer „der Schüler“) nach Ausbildungsart und nach Bundesländern	57
Tabelle 13: Studentafel.....	59
Tabelle 14: Lehrstoff des Faches „Biologie und Umweltkunde (einschließlich Gesundheit und Ernährung)	61
Tabelle 15: Lehrstoff des Seminars Ernährung mit praktischen Übungen	64

Tabelle 16: Überblick der Kindergärten in Bezug auf Mitarbeiter- und Kinderanzahl und Angebote	76
Tabelle 17: Überblick über die Leitfragen und deren Schwerpunkte	81
Tabelle 18: Kategoriensystem	88
Tabelle 19: Mahlzeiten im Kindergarten	93
Tabelle 20: Mahlzeitengestaltung	98
Tabelle 21: Ziele	102
Tabelle 22: Regeln	104
Tabelle 23: Ernährungserziehungsprojekte	107
Tabelle 24: Zeitlicher Rahmen für Ernährungserziehung	109
Tabelle 25: Schwierigkeiten in Bezug auf Ernährungserziehung	112
Tabelle 26: Gibt es Unterschiede in der Ernährungserziehung bei sozial benachteiligten Kindern?	114
Tabelle 27: Gründe für die Ablehnung der Teilnahme der Kinder an Ernährungserziehungsprojekten	119
Tabelle 28: Gründe der Eltern für eine Ablehnung der Teilnahme an Ernährungserziehungsprojekten	122
Tabelle 29: Einschätzung von Übergewicht, Untergewicht, Normalgewicht	124
Tabelle 30: Einschätzung der Nährstoff- und Vitaminversorgung	126
Tabelle 31: Ausbildungswege der Interviewpersonen	127
Tabelle 32: Wurde das Thema „Ernährung, Ernährungserziehung“ in der Ausbildung behandelt?	128

Tabelle 33: Wissensaneignung.....	131
Tabelle 34: Wissenstand der Kindergartenpädagoginnen zur Ernährungserziehung von Kindern.....	133
Tabelle 35: Weiterbildungswünsche	134
Tabelle 36: Das gefällt den Kindergärtnerinnen besonders gut an ihrer Einrichtung..	136
Tabelle 37: Anforderungen der Erzieherinnen zur Änderung.....	137
Tabelle 38: Änderungswünsche in Bezug auf Ernährung und Bewegung.....	141
Tabelle 39: Änderungswünsche der organisatorischen und gesetzlichen Bereiche	143
Tabelle 40: Wünsche, bzw. Bedürfnisse der staatlichen und privaten Kindergärten ...	147

1. Einleitung

Es sind Themen die medial so populär sind wie nie zuvor: Gesundheit, Ernährung und Übergewicht. Besonders in der Kindheit sind gesundheitliche Belastungen verheerend. Mangel- oder Fehlernährung, Bewegungsmangel und Umweltreize hinterlassen ihre Spuren und können sich im Jugend- und Erwachsenenalter zu zahlreichen Folgeerkrankungen manifestieren. Gesundheitliche Belastungen im Kindesalter, wie z.B. chronische Erkrankungen und atopische Krankheiten, motorische Einschränkungen, Sprach-, Koordinations- und Konzentrationsstörungen, Verhaltensauffälligkeiten und Aggressivität nehmen stark zu. Deshalb sollten Präventions- und Gesundheitsförderungsmaßnahmen schon in jungen Jahren starten. Der optimale Platz dafür sind Kindertageseinrichtungen. Denn dort werden alle sozialen Schichten erreicht. Die Wirksamkeit von langfristigen, qualitativ hochwertigen Programmen und Projekten, in Zusammenarbeit mit Pädagogen, Eltern und Kindern aus allen Bevölkerungsgruppen, gilt als erwiesen. [KLICHE, 2007, Seite 3-4]

Auch in Österreich steigen ernährungs- und lebensstilassoziierte Erkrankungen stark an. Der österreichische Ernährungsbericht 2008 bestätigt in allen Altersklassen eine Zunahme übergewichtiger Kinder. Ein bundesländerspezifischer Vergleich ergab außerdem, dass in Ostösterreich mehr übergewichtige und adipöse Kinder wohnen als in Westösterreich. [ELMADFA et al, 2009, Seite 5]

Österreich hat die Wichtigkeit dieser Problematik erkannt und durch den „Nationalen Aktionsplan Ernährung“, kurz NAP.e, im Jänner 2011 den ersten Schritt gesetzt um dem Zustand der „übergewichtigen Gesellschaft“ entgegenzuwirken. In Anlehnung an den Slogan „*Die gesündere Wahl muss die leichtere werden*“, werden 2011 zahlreiche Maßnahmen für Ernährungs- und Bewegungsinitiativen, die speziell auf die Zielgruppen Kinder, Schwangere, Stillende und sozial Schwache ausgelegt sind, gefördert. [BMG, 2011]

Diese Arbeit bezieht sich auf die Zielgruppe Kinder, im speziellen auf Kindergartenkinder. In jungen Jahren ist eine ausgewogene und gesunde Ernährungsweise besonders wichtig, denn in diesem Alter wird das

Ernährungsbewusstsein geprägt und es werden die Weichen für eine optimale seelische und körperliche Entwicklung gelegt. In Österreich sind rund 318.754 Kinder in Kindertagesheimen (Kinderkrippen, Kindergartengruppen, Horte und altersgemischten Betreuungseinrichtungen) untergebracht. In der Bundeshauptstadt Wien besuchen im Jahr 2010/2011 81.236 Kinder eine Kinderbetreuungseinrichtung. Von diesen nehmen durchschnittlich rund 85 % ihr Mittagessen in der Einrichtung ein. Ein guter Grund, Ernährungserziehung bereits im Setting Kindergarten einzuführen. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

Da in den meisten Familien beide Elternteile berufstätig sind, wird zu Hause nicht mehr gemeinsam gekocht und gebacken. Die Esskultur, die Vorbildfunktion der Eltern gegenüber gesunder Mahlzeitengestaltung geht immer mehr und mehr verloren. Die Verantwortung für Ernährungserziehung wird immer häufiger den Kindergartenpädagoginnen und -pädagogen übertragen. Denn die Kleinkinder verbringen einen Großteil ihrer Zeit in den Betreuungseinrichtungen und es werden auch die meisten Mahlzeiten (2 bis 3 Mahlzeiten pro Tag) dort eingenommen. Kinderbetreuungsorte bieten somit den idealen und einzigen Platz, um den Grundstein für eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung zu setzen. Außerdem werden Ernährungsgewohnheiten in den ersten Lebensjahren geprägt. [DOMMERMUTH, 2010][PASSLER, 2008]

Kinderbetreuungseinrichtungen müssen zur Lehrinstitution werden, denn sie haben Vorbildfunktion und erreichen außerdem alle Bevölkerungsschichten. Wenn dem Thema Ernährungserziehung nicht ausreichend Aufmerksamkeit geschenkt wird, werden schlechtes Ernährungsverhalten und inadäquate Ernährungsgewohnheiten auf nächste Generationen weitergeben.

Im Rahmen des EU-Projektes „NUTGECS“ (A Nutrition Guide for Early Childhood Active Stakeholder), welches das Ziel hat, einen Ernährungsleitfaden für 3- bis 6-Jährige Kinder für Eltern und Pädagogen zu entwickeln, wurde in jedem Land der Projektpartner (Türkei, Deutschland, Lettland und Rumänien) eine Bedarfsanalyse hinsichtlich Ernährungserziehung im Kindergarten durchgeführt. Gefördert wurde das Projekt mit Unterstützung der Europäischen Kommission im Rahmen des Lifelong

Learning Programms „Leonardo da Vinci“. [NUTGECS PROJECT WEBSITE: <http://www.nutgecs.eu/index.html>]

Mittels leitfadengestützter, offener Interviews und anschließender qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring wurde die aktuelle Situation bezüglich Ernährungserziehung in Wiener Kindergärten und die Einstellungen der Kindergartenpädagogen und Kindergartenpädagoginnen, der Kinder und Eltern zum Thema Ernährungserziehung näher analysiert. Außerdem wurde ermittelt, ob im Lehrplan der Grundausbildung zum/zur Kindergartenpädagogen/ -pädagogin sowie in den diversen Fortbildungsveranstaltungen das Thema „Ernährungserziehung von Kindern“ ausreichend vertreten ist.

2. Literaturteil

Im folgenden Kapitel werden Begriffe definiert die zum weiteren Verständnis der Masterarbeit hilfreich sind.

2.1. Allgemeine Definitionen

2.1.1. Public Health

Die WHO definiert Public Health als „...*die Wissenschaft und Kunst, Krankheit zu verhindern (Prävention), Leben zu verlängern und Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern (Gesundheitsförderung) durch organisierte Bemühungen der Gesellschaft (WHO, 1988).*“

In der Definition des Institutes of Medicine besteht der Auftrag von Public Health darin, „...*die Interessen der Gesellschaft zu erfüllen, solche Bedingungen sicher zu stellen, in denen die Menschen gesund sein können (Institute of Medicine, 1988).*“

Laut dieser Definitionen befasst sich Public Health also mit der Gesundheit und Gesunderhaltung der Bevölkerung durch Prävention und Gesundheitsförderung. Integriert sind alle Bereiche die für die menschliche Gesundheit und ihr Wohlbefinden verantwortlich sind, sowohl die Gesellschaft selbst (ihre Eigenverantwortung), die verschiedensten Politikbereiche und Institutionen (z.B. Schulen, Kindergärten, Betriebe). [KLEMPERER, 2010, Seite 117]

2.1.2. Gesundheit

Es gibt viele Definitionen von Gesundheit. Je nach Betrachter und Dimension kann das Wort „Gesundheit“ unterschiedliche Bedeutungen annehmen. Je nach Dimension kann dies die seelische Gesundheit, gesellschaftliche, physische, psychische, emotionale oder soziale Gesundheit bedeuten. [STEINBACH, 2011, Seite 27]

Die Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO, World Health Organization) für „Gesundheit“ lautet folgendermaßen: *"Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen*

körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein die Abwesenheit von Krankheit und Gebrechen (WHO, 1984).“

Laut WHO-Definition ist somit auch die Förderung des Wohlbefindens, die Prävention, Behandlung und Rehabilitation von psychischen Krankheiten im Gesundheitsbegriff integriert. [STEINBACH, 2011, Seite 27]

2.1.3. Gesundheitsförderung vs. Prävention

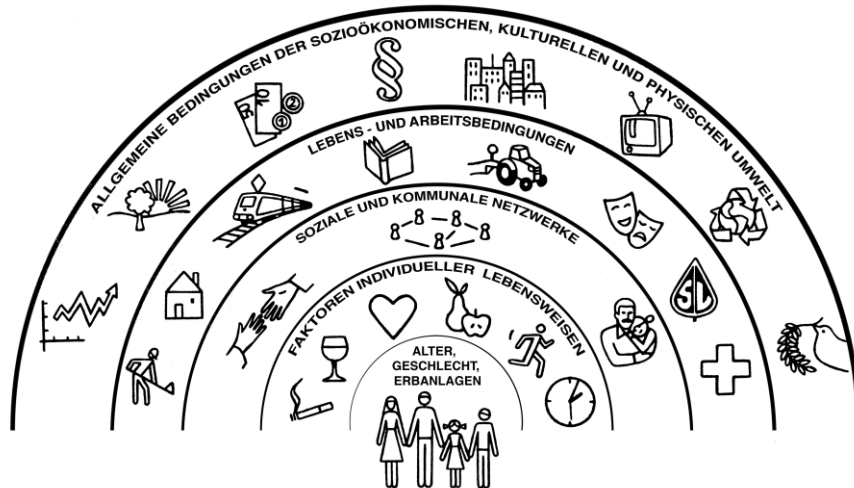
Bei der ersten internationalen WHO-Konferenz zur Gesundheitsförderung im November 1986 in Ottawa wurde der Begriff „Gesundheitsförderung“ das erste Mal festgelegt und in der Ottawa-Charta wie folgt beschrieben:

„Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen. Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. verändern können. In diesem Sinne ist die Gesundheit als ein wesentlicher Bestandteil des alltäglichen Lebens zu verstehen und nicht als vorrangiges Lebensziel. Gesundheit steht für ein positives Konzept, das in gleicher Weise die Bedeutung sozialer und individueller Ressourcen für die Gesundheit betont wie die körperlichen Fähigkeiten (Ottawa Charta, 1986).“ [KLEMPERER, 2010, Seite 167]

Gesundheitsförderung beschreibt alle Maßnahmen zur Erlangung von Gesundheit, aber auch zur Förderung und Verbesserung der Gesundheit. Der Begriff „Gesundheitsförderung“ betrifft alle Politik- und Gesellschaftsbereiche auf Bundes-, Länder- und Gemeindeebene. [STEINBACH, 2011, Seite 14-15]

Unsere Gesundheit ist zahlreichen Einflüssen ausgesetzt. Abbildung 1 des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) gibt einen groben Überblick über die wichtigsten Gesundheitsdeterminanten der sozialen und physischen Dimension. Diese Faktoren können verändert werden und sind somit ein Ansatzgebiet für die Gesundheitsförderung auf Makroebene (Politik), Mesoebene (Institutionen) und Mikroebene (Individuum).

Abbildung 1: Einflussfaktoren auf die Gesundheit [nach WHITEHEAD und DAHLGREN, 1991. Darstellung: Fonds gesundes Österreich]



Der Begriff „Prävention“ kommt aus dem lateinischen „*praevenire*“ und bedeutet zuvorkommen. Im Gesundheitskontext bedeutet Prävention somit einer Erkrankung zuvorkommen, Krankheit rechtzeitig zu erkennen, zu verhindern, oder bei bestehender Erkrankung Folgeschäden zu verhindern, zu mindern. [KLEMPERER, 2010, Seite152]

Präventionsmaßnahmen können in drei Gruppen untergliedert werden. Nach dem Zeitpunkt (primäre, sekundäre und tertiäre Prävention), nach dem Ziel (Verhaltensprävention und Verhältnisprävention) und nach der Methode die angewendet wird (Gesundheitsaufklärung, -beratung, -erziehung und Gesundheitsbildung). [STEINBACH, 2011, Seite 56-57]

Der Unterschied zwischen Gesundheitsförderung und Prävention liegt darin, dass sich die Gesundheitsförderung mit der Gesunderhaltung der Gesellschaft beschäftigt und die Prävention mit der Verhinderung von Krankheiten, bzw. der frühzeitigen Erkennung und der Verhinderung von Folgeschäden. [KLEMPERER, 2010, Seite153]

2.1.4. Gesundheitserziehung und Gesundheitsbildung

Gesundheitserziehung und Gesundheitsbildung sind zwei von den vier Präventionsmethoden. Die Begriffe werden häufig synonym verwendet, wie z.B. im

englisch sprachigen Raum. Hier werden beide Begriffe als „health education“ bezeichnet.

Die WHO-Definition für „health education“ lautet wie folgt: *"Gesundheitsbildung/Gesundheitserziehung umfasst bewusst gestaltete Lernmöglichkeiten, die gewisse Formen der Kommunikation einschließen und zur Verbesserung der Gesundheitsalphabetisierung (health literacy) entwickelt wurden; letztere schließt die Erweiterung von Wissen und die Entwicklung von Alltagskompetenzen (life skills) ein, die individueller und kollektiver Gesundheit förderlich sind. Gesundheitsbildung bzw. -erziehung befasst sich nicht nur mit der Verbreitung von Informationen, sondern auch mit der zur Gesundheitsverbesserung notwendigen Stärkung von Motivation, Kompetenzen und Vertrauen (Selbstwirksamkeit). Gesundheitsbildung bzw. -erziehung schließt die Verbreitung von Informationen über die Gesundheit beeinflussenden sozialen, ökonomischen und Umweltbedingungen ein sowie über individuelle Risikofaktoren und Risikoverhaltensweisen und die Nutzung des Gesundheitssystems. Insofern kann Gesundheitsbildung bzw. -erziehung auch die Verbreitung von Informationen und die Entwicklung von Kompetenzen einschließen, die die politischen und organisatorischen Möglichkeiten unterschiedlichster Handlungen demonstrieren, mit deren Hilfe soziale, ökonomische und Umwelt-Determinanten von Gesundheit beeinflusst werden können [WHO 1998, S. 5]."*

Gesundheitserziehung bezieht sich auf ausgewählte Bevölkerungsgruppen, hauptsächlich aber auf Kinder und Jugendliche. Durch „Erziehung“ möchte man in den verschiedenen Settings, vor allem in Kindergärten und Schulen, den Zielgruppen das Thema „Gesundheit“ näher bringen, bzw. Informationsarbeit und Aufklärungsarbeit zu den verschiedensten Themen liefern und dadurch zur Gesundheitsförderung und Primärprävention beitragen. Das Wissen der Erzieher wird hier an die Kinder weitergegeben. Gesundheitserziehung ist beendet, wenn die Zielsetzung erreicht ist. [STEINBACH, 2011, Seite 61] [SIEBERT und HARTMANN, 2008, Seite 5]

Gesundheitsbildung ist hingegen auf die Zielgruppe der Erwachsenen ausgelegt und findet deshalb an Institutionen statt, wo Erwachsene häufig anzutreffen sind, wie z.B. an Volkshochschulen, Familienbildungsstätten und Bildungswerken, wo spezielle

Weiterbildungsseminare oder Workshops angeboten werden. Gesundheitsbildung ist ein Bereich der Erwachsenenbildung und meist freiwillig. Dieser Bildungsweg findet lebenslang statt und dient der Weiterbildung in unterschiedlichsten Bereichen, die mit Gesundheit zu tun haben. Hier wird Wissen weitergegeben, aber auch untereinander ausgetauscht. [STEINBACH, 2011, Seite 62] [SIEBERT und HARTMANN, 2008, Seite 5]

2.2. Gesundheits- und Ernährungsstatus im Kindesalter

Im folgenden Kapitel wird erläutert, warum ein optimaler Gesundheits- und Ernährungsstatus für Kinder so wichtig ist. Da diese Arbeit auf Krippenkinder (1 bis 3 Jahre) und Kindergartenkinder (4 bis 6 Jahre) bezogen ist, werden zusätzlich die Ernährungsempfehlungen für eine gesunde, ausgewogene Kinderernährung und Referenzwerte für eine zielgruppengerechte Nährstoffzufuhr speziell für dieses Setting angeführt. Auch die Entwicklung von Geschmackspräferenzen und die Einflussfaktoren auf das Ess- und Ernährungsverhalten spielen eine entscheidende Rolle in der Prävention von Übergewicht, weshalb auch diese Themenbereiche kurz erläutert werden.

2.2.1. Ernährungs- und Nährstoffempfehlungen für Kleinkinder

Ernährungsempfehlungen gibt es wie Sand am Meer. Auch die diversen Nährstoffempfehlungen unterscheiden sich teilweise in Europa. Um Daten von Studien besser vergleichen zu können haben sich Fachgesellschaften aus Deutschland (Deutsche Gesellschaft für Ernährung, kurz DGE), Österreich (Österreichische Gesellschaft für Ernährung, kurz ÖGE) und der Schweiz (Schweizerische Gesellschaft für Ernährungsforschung, kurz SGE und die Schweizerische Vereinigung für Ernährung, kurz SVE) im Jahr 2000 zu einem Verband zusammengeschlossen, dem sogenannten D-A-CH Verband. Alle drei Länder haben zusammen Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr entwickelt, an denen sich in Österreich viele Ernährungsexperten orientieren. [DACH, 2008]

Aber auch das Forschungsinstitut für Kinderernährung in Dortmund (FKE) orientierte sich bei der Entwicklung der Optimierte Mischkost, kurz optimiX[®], Anfang der 1990er Jahre, nach den Nährstoffempfehlungen der D-A-CH. Die nachstehende Tabelle (Tabelle 1) zeigt die Nährstoffzufuhrmengen pro Tag für Kinder von 1 bis 6 Jahren, die in der Optimierten Mischkost enthalten sind.

Tabelle 1: Empfohlene Nährstoffzufuhr pro Tag für Kinder von 1 bis 6 Jahren		
	1 – 3 Jahre	4 – 6 Jahre
<i>Energie (kcal)</i>	1100	1400 – 1500
<i>Protein (g/kg/Tag)</i>	1,0	0,9
<i>essenzielle FS n6/n3 (% der Energie)</i>	3,0/0,5	2,5/0,5
<i>Vit. A (mg RÄ)</i>	0,6	0,7
<i>Vit. D (µg)</i>	5	5
<i>Thiamin (mg)</i>	0,6	0,7
<i>Riboflavin (mg)</i>	0,7	0,9
<i>Vit. B6 (mg)</i>	0,4	0,5
<i>Folsäure (Nahrungsfolat, µg FÄ)</i>	200	300
<i>Vit. B12 (µg)</i>	1,0	1,5
<i>Vit. C (mg)</i>	60	70
<i>Kalzium (mg)</i>	600	700
<i>Magnesium (mg)</i>	80	120
<i>Eisen (mg)</i>	8	8
<i>Jod (µg)</i>	100	120
[ALEXY et al., 2009]		

Die Optimierte Mischkost berücksichtigt außerdem Bereiche, wie z.B. die Lebensmittelwahl, Prävention ernährungsabhängiger Krankheiten, aber auch Essvorlieben, -abneigungen und Ernährungsgewohnheiten. Denn die normalen Essvorlieben von Kindern und Ernährungsgewohnheiten der Familien sollten möglichst erhalten bleiben. Ernährung soll nämlich vor allem Spaß machen. Ab dem 1. Lebensjahr sollte der Ernährungsplan von Brei- und Milchmahlzeiten schrittweise auf eine Familienkost umgestellt werden. Da in der Kindheit die Ernährungsgewohnheiten für das weitere Leben geprägt werden, sollte das Ziel aller Eltern und Betreuer eine ausgewogene Mischkost sein. Kinder sollen von klein auf die Vielfalt an Lebensmitteln kennen lernen, doch nicht in Form von Fertigprodukten. Eine ausgewogene, abwechslungsreiche Mischkost, frisch zubereitet, ist für die Familienkost wünschenswert. Mit dieser Ernährungsweise lassen sich die empfohlene Energie- und Nährstoffzufuhr für jede Altersgruppe erreichen. In Deutschland ist die Optimierte Mischkost mittlerweile zum Standard der Kinderernährung geworden und auch in Österreich wird optimiX® immer häufiger angewendet. Die Optimierte Mischkost ist in drei Gruppen aufgeteilt. Die einzelnen Lebensmittelgruppen werden nach dem Ampelfarbensystem mit den Farben rot für sparsam, gelb für mäßig und grün für reichlich gekennzeichnet. Insgesamt gibt es in der Optimierten Mischkost elf Lebensmittelgruppen, die in altersgemäßen Verzehrmenen pro Tag aufgelistet sind. Wie man an der Tabelle 2 erkennt, ändern sich zwar die Lebensmittelmengen mit dem Alter, die empfohlene Zusammensetzung der Nahrung bleibt aber weitgehend konstant für die Altersgruppen von 1 bis 6 Jahre. Durch eine Ernährung nach optimiX® mit viel Obst, Gemüse und Ballaststoffen, sind alle Hauptnährstoffe in ausreichender Relation abgedeckt. Kohlenhydrate sind zu 53,4 % enthalten, Fett zu 32,8 % und Proteine zu 13,8 %. [ALEXY et al., 2009]

Tabelle 2: Lebensmittelverzehrsmengen in der Optimierten Mischkost für Kinder im Alter von 1 bis 6 Jahren					
Alter (Jahre)		1	2-3	4-6	% der Gesamter-nährung ¹
Gesamtenergie	kcal/Tag	950	1100	1450	
Empfohlene LM	≥90% der Gesamtenergie				
reichlich					
Getränke	ml/Tag	600	700	800	38,5
Gemüse	g/Tag	120	150	200	10,0
Obst	g/Tag	120	150	200	10,0
Kartoffeln ²	g/Tag	120	140	180	11,2
Brot, Getreide (-flocken)	g/Tag	80	120	170	8,1
					Σ 77,8
mäßig					
Milch, -produkte ³	ml (g)/Tag	300	330	350	13,7
Fleisch, Wurst	g/Tag	30	35	40	1,9
Eier	St./Woche	1-2	1-2	2	0,8
Fisch	g/Woche	25	35	50	0,4
					Σ 16,8
sparsam					
Öl, Margarine, Butter	g/Tag	15	20	25	1,2
Geduldete LM ⁴	≤10% der Gesamtenergie				
	max. kcal/Tag	100	100	150	3,5
					Σ 4,7

¹Rest: 0,7 % (Würzmittel, z.B. Essig, Knoblauch, Senf, Soßenpulver)

²oder Nudeln, Reis und andere Getreide;

³100 ml Milch entsprechen ca. 15 g Schnittkäse oder 30 g Weichkäse

⁴je 100 kcal) 1 Kugel Eiscreme oder 45 g Obstkuchen oder 4 Butterkekse oder 4 EL Flakes oder 4 TL Zucker oder 2 EL Marmelade oder 30 g Fruchtgummi oder 20 g Schokolade oder 10 Stck. Chips oder 1 Glas (200 ml) Limonade, Fruchtsaftgetränk oder –nektar

[ALEXY et al., 2009]

Die Nährstoffempfehlungen können viele Eltern und Betreuer nicht in die Praxis umsetzen. Deshalb gibt es zum besseren Verständnis für Laien und für Kinder die optimiX[®]-Lebensmittelpyramiden für die fünf einzelnen Mahlzeiten, die ein Kind während des Tages zu sich nehmen sollte, um optimal versorgt zu sein und die Leistungsfähigkeit aufrecht zu erhalten. [ALEXY et al., 2009]

Auch Österreich hat eine eigene Ernährungspyramide für Kinder (Abbildung 2) in Zusammenhang mit dem NAP.e 2011 entwickelt. Mit der bunten, bildlichen und kindergerechten Aufbereitung sollen die Kleinen besonders angesprochen werden. Bedarfsgerechte Ernährungsempfehlungen können so jedem Kleinkind beigebracht werden.

Die Pyramide ist so aufgebaut, dass jede Gruppe durch eine andere Farbe gekennzeichnet ist. In der untersten Ebene der Pyramide sind Getränke zu finden. Diese sollten täglich, vorwiegend in Form von Wasser, Mineralwasser, ungesüßten Früchte- oder Kräutertees, konsumiert werden. Die zweite Ebene stellt Gemüse und Obst dar, welche fünf Mal am Tag gegessen werden sollten. Am besten drei Portionen Gemüse und zwei Portionen Obst. Eine Portion entspricht dabei ca. einer geballten Faust. Diese Faustregel ist deshalb sehr hilfreich, da jedes Kind ganz einfach zu verstehen bekommt, wie viel es davon essen sollte. In der nächsten Ebene befinden sich Getreide, Brot, Nudeln, Reis und Erdäpfel. Von diesen Lebensmitteln sollten täglich 5 Portionen verzehrt werden, bevorzugt Produkte aus Vollkorn. Auch Milch und Milchprodukte sollten täglich, in Form von 2 bis 3 Portionen, auf dem Speiseplan stehen. Denn sie sind wichtige Kalziumlieferanten. Am besten in einer fettarmen Variante. Die nächste Gruppe stellt Fleisch, Fisch, Wurst und Eier dar. Fisch sollte ein- bis zweimal die Woche und Fleisch maximal dreimal verzehrt werden. Wobei fettarme Fleisch- und Wurstsorten bevorzugt werden sollten. Fette und Öle sollten sparsam verwendet werden, 1 bis 2 Esslöffel. Pflanzliche Fette sind tierischen Fetten

vorzuziehen. An der Spitze der Ernährungspyramide befinden sich Süßigkeiten, Fettes und Salziges. Diese Lebensmittel sollte selten konsumiert werden, maximal einmal pro Tag. Wichtig ist es dabei, dass Süßigkeiten nicht verboten werden. Denn das würde deren Attraktivität nur erhöht. Auch als Belohnung oder zur Beruhigung von Kindern sollte Süßes oder Fettiges nicht eingesetzt werden. [BMG, 2011]

Abbildung 2: Ernährungspyramide für Kinder [BMG, 2011]



2.2.2. Gesundheits- und Ernährungsstatus von Kleinkindern

Ein zufriedenstellender Gesundheits- und Ernährungsstatus im Kindesalter sind wichtige Faktoren für ein optimales Wachstum für eine gute Leistungsfähigkeit und für die Prävention von vielen Krankheiten. Dafür sind eine ausgewogene Ernährung und ausreichend Bewegung notwendig. Mittels BMI (Body Mass Index, Formel: Körpergewicht (kg) /Körpergröße (m²)) wird bei Erwachsenen das Körpergewicht bewertet. Um das Körpergewicht von Kindern (0-18 Jahren) bewerten zu können gelten andere Regeln. Für Mädchen und Buben sind spezielle BMI-Perzentilen (Abbildung 3 und Abbildung 4) festgelegt worden. Diese Perzentilen sind alters- und größenabhängig und in Normalgewicht (10. bis 90. Perzentile), Unter- (<10. Perzentile) und Übergewicht (>90. Perzentile) eingeteilt. Übergewicht (>90. Perzentile) wird durch eine unausgeglichene Energiebilanz (zu hohe Energieaufnahme im Verhältnis zum Energieverbrauch) verursacht. Adipös sind Kinder ab der 97. Perzentile.

Abbildung 3: BMI-Perzentilen für Mädchen [nach KROMEYER et al., 2001]

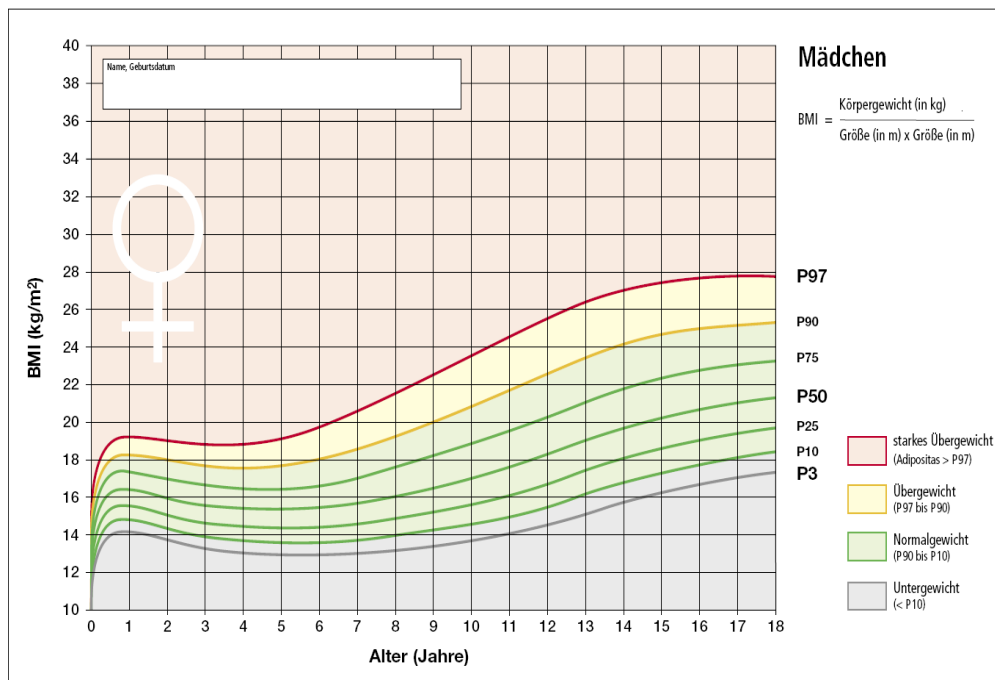
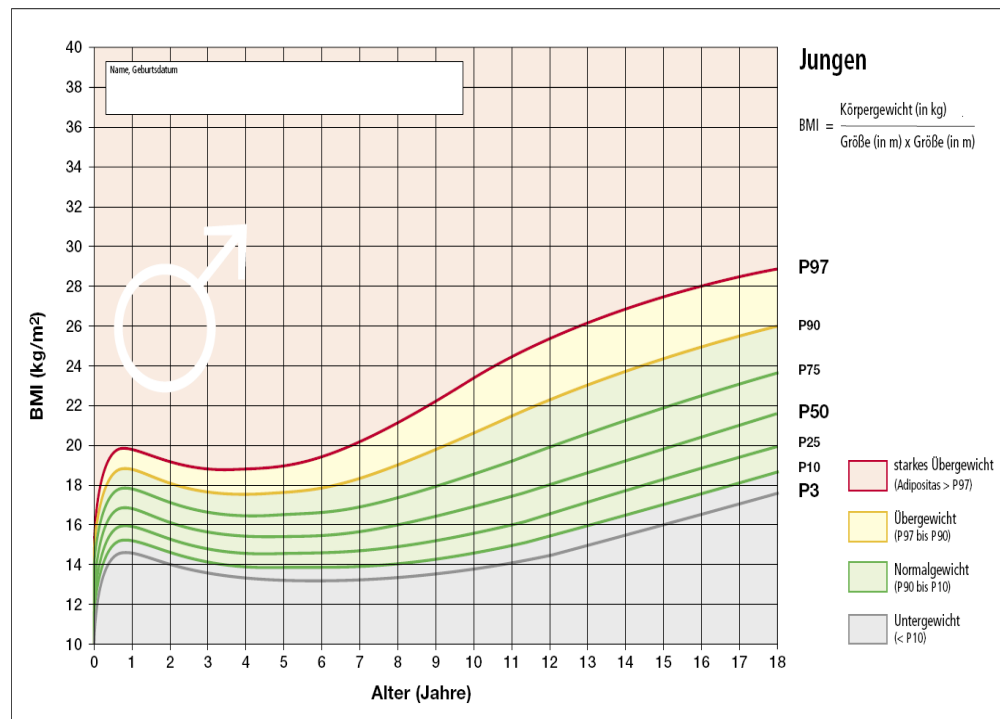


Abbildung 4: BMI-Perzentilen für Jungen [nach KROMEYER et al., 2001]



Vor allem Kinder mit Adipositas sind einer Vielzahl von chronischen Erkrankungen ausgesetzt, die normalerweise erst bei älteren Erwachsenen auftreten, wie z.B. Diabetes Typ 2, Fettleber, Kreislauf- und Stoffwechselprobleme, Arteriosklerose, Bluthochdruck, Gelenks- und Wirbelsäulenbeschwerden. Aber auch psychische und physische Probleme sind Begleiterscheinungen bei übergewichtigen und adipösen Kindern. [METHFESSEL, 2009]

Weltweit steigt die Anzahl an übergewichtigen und adipösen Menschen (mehr als 1 Milliarde Menschen weltweit). Europaweit sind über 50 % der Erwachsenen übergewichtig oder adipös. Erschreckend ist dieser Trend vor allem bei den Kindern. International sind 22 Millionen Kinder unter 5 Jahren adipös. Auch in Österreich steigt die Anzahl an übergewichtigen Kindern stark an. [KIEFER et al., 2006, Seite 75, 86-87]

Laut diverser Berichte (Studien) liegt die Prävalenz von Übergewicht bei Buben bei 9,6-18,3 % und bei Mädchen bei 9,2-18,3 %. Die Prävalenz für Adipositas beträgt bei Buben 6,0-7,6 % und bei Mädchen 3,0-7,6 %. Tabelle 3 gibt einen groben Überblick über die verschiedenen Untersuchungsergebnisse bei österreichischen Kindern im Alter

von 1 bis 6 Jahren getrennt nach Geschlecht. Die unterschiedlichen Ergebnisse der Berichte beruhen teils auf unterschiedlichen Messmethoden (Selbstangabe von Körpergröße und Körpergewicht oder Messungen durch Fachpersonal) und unterschiedlicher Teilnehmeranzahl.

Tabelle 3: Klassifikation des Körpergewichts bei österreichischen Kleinkinder (in %) nach Kromeyer-Hauschild BMI-Perzentilen

Kollektiv	Untergewicht m/w	Normalgewicht m/w	Übergewicht m/w	Adipositas m/w
1- bis 3-jährige Kinder (VEITL, 2006)	25,7	56,0	18,3	-
3- bis 6-jährige Kinder [ELMADFA et al, 2003, Seite 11-27]	5,0/7,0	79,0/80,0	10,0/10,0	6,0/3,0
0,5- bis 3-jährige [KIEFER et al, 2006, Seite 181]	-	-	11,0/9,2	6,7/7,1
4- bis 6-jährige Kinder (KIEFER et al, 2006, Seite 181)	-	-	9,6/9,2	7,6/6,6

Im Rahmen einer Ernährungserhebung von Studenten der Ernährungspädagogik an der Berufspädagogischen Akademie in Graz, wurde der Ernährungsstatus von 1- bis 3-jährigen Kindern durch einen fragebogengestützten 3d-Recall erfasst. Die Ergebnisse ähneln denjenigen der DONALD-Studie des FKE. Insgesamt ist die Verteilung der Hauptnährstoffe optimal. Die optimale tägliche Energiezufuhr wird jedoch nur von 29 % der Kinder erreicht. Bestätigt wird dies dadurch, dass 44 % der Kinder außerhalb ihres optimalen Körpergewichtes liegen. In der optimalen Fettzufuhr liegen nur 14,6 %. Ein Großteil (40,6 %) liegt unter der empfohlenen Zufuhrmenge. Außerdem ist das Verhältnis gesättigte zu mehrfach ungesättigten FS ungünstig verteilt (43,4 g%:10,8 g%). Vier Fünftel der Kinder haben eine Eiweißzufuhr von mehr als 1,5 g Eiweiß pro

kg pro Tag. Der Eiweißbedarf ist somit gedeckt. Durch die ungünstige Ernährungsqualität der Kleinkinder sind bei den kritischen Vitaminen, vor allem Folsäure und Vitamin B6 Mängel zu verzeichnen. Bei der Versorgung an Mineralstoffen wurde festgestellt, dass es eine Überversorgung an Natrium und eine Unterversorgung an Eisen und Zink gibt. Vor allem der niedrige Eisenstatus ist beängstigend, denn Eisen ist für die kognitive und motorische Entwicklung der Kleinkinder wichtig. [VEITL, 2006]

Der Ernährungsstatus von 3- bis 6-jährigen Kindern sieht nicht viel besser aus, wie der österreichische Ernährungsbericht 2003 ergab. 10 % der Vorschulkinder sind demnach übergewichtig und 6 % der Buben und 3 % der Mädchen sogar adipös. Auch in dieser Altersgruppe ist die Versorgung mit den Hauptnährstoffen zufriedenstellend. Jedoch werden durch eine ungünstige Lebensmittelauswahl zu viel Zucker, Proteine und gesättigte FS aufgenommen. Die Aufnahme von stärkehaltigen, ballaststoffreichen Lebensmitteln, die Vitamin-D-Versorgung, die Versorgung mit Jod, Calcium und Folsäure ist in der Gruppe der 3- bis 6-jährigen zu gering. Der Ernährungsstatus könnte durch einen höheren Verzehr von Gemüse, Fisch und ballaststoffreichen Lebensmitteln und einem geringeren Verzehr von Mehlspeisen und Süßigkeiten, verbessert werden. [ELMADFA et al, 2003, Seite 11-27]

Für die Gesundheit von Kindern sind eine ausgewogene, bedarfsgerechte Ernährung und ausreichend Bewegung unumgänglich. Die Ernährungsweise wirkt sich auf deren lang- und kurzfristige Gesundheit, Leistungsfähigkeit und auf deren Wohlbefinden aus. Durch ausreichend Bewegung wird die Energiebilanz zum Positiven beeinflusst, der Bewegungsapparat wird stabilisiert und das Immunsystem gestärkt. Als Primärprävention und Gesundheitsförderung in der frühen Kindheit sollten demnach Ernährungs- und Bewegungserziehung immer zusammen gelehrt werden und als fester Erziehungsbaustein in den Kinderalltag integriert sein. [METHFESSEL, 2009]

2.2.2.1. Multifaktorielle Ursachen von Gesundheitsbelastungen

Ernährungsbedingte Krankheiten sind vor allem in der industrialisierten Welt zu einem großen Problem geworden. Der veränderte Lebensstil mit geringer körperlicher Betätigung, veränderter Esskultur und Essgewohnheiten und das breite

Lebensmittelangebot lassen die Gesellschaft wortwörtlich in die Breite gehen. Vor allem sozial schwächere Schichten sind häufiger betroffen. Viele Studien haben gezeigt, dass ein niedriger sozioökonomischer Status (z.B. Unterschiede in Bildung und Einkommen), vor allem bei Migranten, mit einer höheren Prävalenz für Übergewicht und Adipositas assoziiert ist. [MÜLLER et al., 2010]

Sozial benachteiligte Familien, die in Armut leben, einer Minderheit angehören, einen niedrigen sozialen Status haben oder unter sozialer Ausgrenzung leiden etc., sind zahlreichen Belastungen ausgesetzt. Deren Kinder sind häufiger von Übergewicht betroffen und weisen öfter gesundheitliche Beschwerden auf. [KLICHE, 2007, Seite 4]

Als primäre Ursache von gesundheitlichen Beschwerden sind die unausgeglichene Energiebilanz, Bewegungsmangel und Nährstoffdefizite zu nennen. Durch den Konsum ungünstiger Lebensmittel werden zu wenig Nährstoffe und zu viel Energie aufgenommen. Inaktivität verschärft die Situation zusätzlich. Aber auch individuelle Faktoren (Wissen, Werte, Einstellungen, Erfahrungen, Gewohnheiten etc.), das soziale Umfeld (Familie, sozialer Status, Freunde, Bildungseinrichtungen, ethnische Zugehörigkeit) und Lebensbedingungen, Freizeit- und Arbeitsbedingungen (Infrastruktur, Freizeit- und Erholungsmöglichkeiten, Lebensmittelangebot, Sicherheit, soziales Niveau etc.) spielen eine Rolle bei der Entwicklung von Übergewicht. Genau deshalb müssen alle Ebenen, sowie gesellschaftliche, strukturelle und politische Bereiche in der Gesundheitsförderung und Übergewichtsprävention berücksichtigt werden. [MÜLLER et al., 2010]

2.2.2.2. Maßnahmen zur Reduzierung von Gesundheitsbelastungen im Kindesalter

Präventionsmaßnahmen zur Reduzierung der steigenden Adipositasprävalenz und Inaktivität müssen in allen Altersgruppen und Bereichen durch Strategien zur Gewichtsreduktion und Gewichtsstabilisierung, Bewegungssteigerung und Verhaltensänderung und Verhältnisänderung stattfinden. Doch auch strukturelle und politische Maßnahmen müssen in die Prävention miteinfließen. Im Jahr 2009 hat das Center of Diseases Control (CDC) folgende sechs Kategorien zur Übergewichts- und

Adipositasprävention zusammengefasst, die speziell diese Bereiche abdecken. [MÜLLER et al., 2009]

1. *Verbesserung der Verfügbarkeit bezahlter gesunder Lebensmittel und Getränke*
2. *Hilfestellung bei der Auswahl gesunder Lebensmittel und Getränke*
3. *Förderung des Stillens*
4. *Förderung der körperlichen Aktivität und Einschränken sitzender Tätigkeit bei Kindern und Jugendlichen*
5. *Gestaltung „sicherer“ Gemeinden zur Förderung der körperlichen Aktivität sowie*
6. *Ermunterung von Gemeinden zur Veränderung* [MÜLLER et al., 2009]

Die Förderung von energiereichen Nahrungsmitteln durch Werbung, Health Claims, ungünstige Preisgestaltungen, Sponsoring, Softdrinks, Snacks, Außerhausverzehr, Portionsgrößen etc., muss durch politische Maßnahmen gestoppt werden. Natürlich muss auch an die Verantwortung der Eltern bei der Erziehung ihrer Kinder plädiert werden. Durch ein hohes Gesundheitswissen der Eltern, durch Stillen, Gesundheitserziehung, gemeinsame Aktivitäten, beibehalten der Esskultur, Kochkunst, Tischkultur etc., kann der übergewichtigen Gesellschaft entgegengewirkt werden. Vor allem in Städten fehlen kindgerechte Sport- und Freizeiteinrichtung, Spielplätze und Radwege. Dies zu ändern ist Aufgabe der Städteplanung. Maßnahmen für Kleinkinder können am einfachsten im Setting Kindergarten stattfinden. Denn Kinder verbringen viel Zeit in der Einrichtung und außerdem werden alle Bevölkerungsschichten erreicht. Lebensstil-, Ernährungserziehung und Kochprogramme müssen im Kindergarten und in der Schule fester Bestandteil im Alltag werden. Hierfür müssen das Ministerium für Bildung und Ministerium für Gesundheit aktiv werden. [KIEFER et al., 2006, Seite 93] [MÜLLER et al., 2009]

2.2.3. Entwicklung von Geschmackspräferenzen und Essverhalten im Kindesalter

Ungesunde Ernährung ist ein Hauptfaktor bei der Entwicklung von unzähligen Krankheiten. Eine Strategie um die gesundheitlichen Unterschiede zu eliminieren und

längerfristige Gesundheit zu fördern wäre, Kinder von klein auf dazu zu bringen gesunde Nahrung zu mögen. Schon während der Schwangerschaft, in der Embryonalphase und zu Beginn der Fötalperiode, werden durch das Essverhalten der Mutter die Geschmacksvorlieben des Ungeborenen geprägt. Dieses Phänomen wird auch In-utero-Programmierung oder pränatale Prägung genannt. Bereits in der achten Schwangerschaftswoche (SSW) bilden sich die ersten Geschmacksknospen. In der 12. SSW, wenn der Fötus beginnt Fruchtwasser zu schlucken (ca. 200-760 ml pro Tag), werden die ersten Geschmacksknospen stimuliert. In der 26. und 28. SSW kann man durch die Mimik des Fötus Rückschlüsse auf die Zusammensetzung des Fruchtwassers machen, insbesondere bei bitteren Geschmacksstoffen. Ab der 32. SSW reagiert der Fötus auf eine Veränderung des Fruchtwassergeschmacks. Wenn er bitter ist, schluckt der Fötus weniger als wenn der Geschmack süßlich ist. Auch nach der Geburt werden über die Muttermilch Geschmackspräferenzen vorgelegt (postnatale Prägung). Generell bevorzugen Neugeborene und Kleinkinder „süße“ Lebensmittel und Getränke. Schon die Muttermilch ist durch ihren Laktosegehalt leicht süßlich. [HÖHL, 2008][ELLROTT, 2009]

Die Vorliebe für süße Sachen ist aber auch evolutionsbiologisch programmiert. Dies ist wichtig, denn der Geschmack ist ein Hinweis auf energiereiche und sichere Nahrung. Bittere Sachen werden hingegen abgelehnt. Dieser Reflex ist aber ganz natürlich, denn bittere Pflanzen gelten in der Natur als giftig. Der saure Geschmack ist in der evolutionsbiologischen Programmierung vor allem damit verbunden, dass er vor verdorbenen Lebensmitteln warnen soll. Salzige Speisen gelten hingegen als Mineralstoffreich. Die fünfte Geschmacksart umami weist auf eine gute Proteinquelle hin. [HÖHL, 2008]

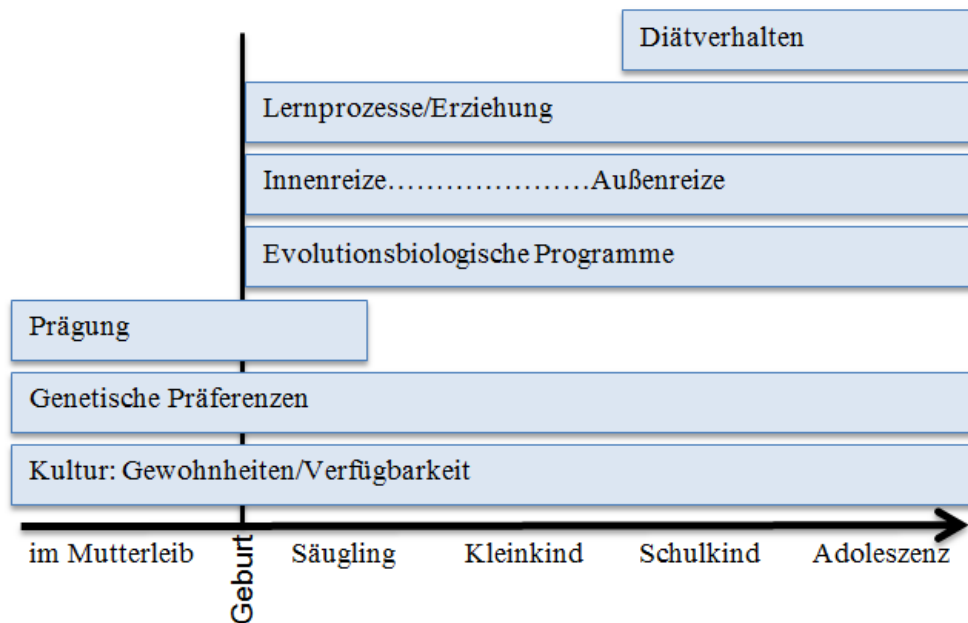
Mit zunehmendem Alter des Kindes und der Umstellung auf Beikost bzw. Familienkost, spielen verschiedenste Bedingungen eine Rolle bei der Ablehnung oder Bevorzugung von Lebensmitteln, wie z.B. das soziale oder kulturelle Umfeld, wiederholter Kontakt mit neuartigen Geschmäckern, Essgewohnheiten der Eltern die eine Vorbildfunktion ausüben, Erfahrungen, Farbe, Geruch, Geschmack der Speisen und vieles mehr. [ELLROTT, 2009]

Durch wiederholten Kontakt und vorsichtiges Herantasten an neue Lebensmittel oder Geschmäcker, werden diese nach einiger Zeit angenommen. Man gewöhnt sich nach und nach an den Geschmack. Diesen Effekt nennt man mere-exposure-effect. Als Neophobie wird die Angst vor Neuem bezeichnet. Dieser Effekt wirkt dem mere-exposure-effect entgegen. Bei Säuglingen im Alter von 4-6 Monaten ist die Angst vor Neuem minimal, doch bei 19 bis 24 Monate alten Kindern scheint die Neophobie dagegen besonders stark zu sein. Dies hat aber auch einen guten Grund. In dieser Lebensphase beginnen Kinder zu laufen und eine höhere Eigenständigkeit zu entwickeln. Die Angst vor Neuem verhindert, dass diese Kinder giftige oder schädigende Sachen zu sich nehmen. Dies ist auch der Grund, warum eine Akzeptanz von neuen Lebensmitteln erst nach 5- bis 10-maligen probieren eintritt. Wenn ein Geschmack oder Lebensmittel bereits akzeptiert ist und dieses Lebensmittel mit einem neuen zusammen kombiniert verzehrt wird, dann wird auch die neue Zutat eher akzeptiert als wenn sie separat probiert wird. Dies wird als „flavor-flavor-learning“ bezeichnet. Diese Reaktion ist aber vor allem in Zusammenhang mit negativen Geschmackserlebnissen (z.B. Übelkeit, Erbrechen), die dann eine Aversion gegenüber dem neuen Lebensmittel ausüben, verbunden. Ein weiterer Effekt, der „flavor-nutrient-learning“ bezeichnet wird, wird vor allem durch positive, angenehme Empfindungen geprägt. Hochkalorische, energiereiche Speisen (fett- und zuckerhaltige Torten, Kuchen, Desserts) werden vorwiegend bei festlichen Anlässen oder Besuchen verzehrt. Somit assoziieren Kinder süße Speisen mit angenehmen Situationen. Speisen, die sie mit negativen Situationen verbinden („Wenn du die Karotten nicht isst, dann gibt es danach auch kein Eis.“), lehnen sie hingegen eher ab. [HÖHL, 2008]

2.2.4. Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten

Neben den in Kapitel 2.2.3. angeführten pränatalen, postnatalen und evolutionsbedingten Prägungen, sind noch weitere Faktoren für das Ernährungsverhalten zuständig. Abbildung 5 gibt einen zeitlichen Überblick über die Entwicklung des Ernährungsverhaltens und ab wann diverse Einflussfaktoren dieses Verhalten beeinflussen.

Abbildung 5: Entwicklung des Essverhalten [ELLROTT, 2009]



Weitere Aspekte die einen Einfluss auf das Ess- und Ernährungsverhalten von Kindern haben sind z.B.:

- kulturelle und religiöse Hintergründe
- das Lebensmittelangebot in der Familie, im Kindergarten, in der Schule
- die Vorbildfunktion der Eltern (Erziehungs- und Ernährungskennntnisse)
- Lebensstil der Eltern
- das Essverhalten von Geschwistern und Freunden
- Regeln und Verbote (Verbote haben meist den gegenteiligen Effekt.)
- die Belohnungs- und Bestrafungsstrategien (kurzfristig wirksam, aber langfristig nicht)
- sozioökonomische Faktoren (Ein niedriger sozialer Status ist mit einer schlechteren Ernährung (mehr Weißbrot, Limonade, Salzgebäck etc.) verbunden. Kinder, die in einer höheren sozialen Schicht aufwachsen, frühstücken öfters und nehmen häufiger Zwischenmahlzeiten zu sich.)
- Lebensmittelmarken, -werbung und -verpackung

- Nationalität (Migranten ernähren sich ungesünder als Inländer)
- Geschlecht (Mädchen verfolgen, im Vergleich zu Jungen, häufiger einen Diätwahn und lassen deshalb Frühstück und Mittagessen aus. Sie ernähren sich jedoch im Durchschnitt bewusster als Buben.)
- Alter (junge Kinder nehmen öfter ein Frühstück und Mittagessen ein als ältere)
- Stress- und Zeitfaktor (kein Frühstück, schnelles essen zwischendurch, häufig Fastfood und fettige Fertiggerichte)
- Bequemlichkeit (mehr Fertiggerichte, Fastfood, wenig Obst, Gemüse, selbstgekochte Speisen)
- Schönheitsideal (Mädchen sind häufiger dem Schlankheitswahn verfallen als Jungen. Mädchen wollen schlank und Jungen wollen muskulös sein.)
- Ernährungswissen (Kinder und Jugendliche wissen über die Bedeutung und Wichtigkeit von Obst und Gemüse Bescheid, doch konsumieren sie dieses nicht gerne. Das Wissen hat einen geringeren Einfluss auf das Ernährungsverhalten, der Geschmack ist viel wichtiger.)

[EICHHORN, 2007]

Da Geschmacksvorlieben ein Leben lang anhalten, ausgenommen in Schwangerschaft oder bei Krankheiten, sollte den Situationen in denen gegessen wird von klein auf eine besondere Wichtigkeit geschenkt werden. Dazu gehören z.B. die Essatmosphäre, das gemeinsame Essen in der Familie an einem schön gedeckten Tisch, die Ess- und Tischkultur und diverse Rituale rund um das Essen. [HÖHL, 2008]

Aussprechen von Verboten, wie z.B. von Süßigkeiten und anderen „ungesunden“ Lebensmitteln, ist nicht sehr förderlich, sogar kontraproduktiv, denn genau diese Sachen werden dann besonders gerne gegessen. [ELLROTT, 2009]

Aber auch die Vorbildfunktion, z.B. von Eltern, Geschwistern, Freunden und Bekannten, hat einen großen Einfluss auf das Essverhalten und die Geschmacksprägung von Kindern. Denn Kleinkinder eignen sich ihr Verhalten durch Imitationslernen an, aber nur von Personen die ihnen sympathisch sind. Das sind meistens Familienmitglieder. Daher spielt auch die häusliche Essumgebung eine große Rolle, da dies der Ort ist wo sich die Kleinen häufig aufhalten. Aber auch die Essumgebung wird

von soziokulturellen, politischen, ökonomischen und gesellschaftlichen Faktoren geprägt. Den meisten Eltern ist ihre Vorbildwirkung gar nicht bewusst. Der Familiengeschmack ist bei der Ausbildung von Vorlieben und Abneigungen maßgeblich beteiligt. Wenn Eltern Gemüse und Obst gerne essen, sich nährstoffreich und gesund ernähren, dann werden es auch ihre Kinder so machen. Imitationslernen findet auch im Kindergarten und in der Schule statt. Kinder imitieren andere Kinder. Wenn eines nun keine Karotten essen möchte, dann werden vermutlich auch andere Kinder das Gemüse verweigern. Leider ist es noch immer so, dass diesem Aspekt nicht genug Aufmerksamkeit geschenkt wird. [SCHMIDT, 2009]

2.3. Der Kindergarten als Ort der Gesundheitsförderung

In diesem Kapitel werden die aktuellen Zahlen der Kindergärten, der Kindergartenkinder und -pädagoginnen in Österreich kurz angeführt. Da diese Arbeit auf Wiener Kindergärten ausgerichtet ist, werden diese genauer betrachtet. Für eine Gesundheitsförderung im Kindergarten ist die Verpflegung und Ernährungserziehung in den Einrichtungen besonders wichtig. Daher werden auch diese Themen aufbereitet. Zum Schluss gibt es noch einen kurzen Einblick über diverse Kindergartenprojekte die mit den Themen „Gesundheit“, „Ernährung“ und „Bewegung“ zu tun haben.

2.3.1. Kindertagesheimstatistik 2010/2011 für Österreich

Seit dem Jahr 1972 stellt die Statistik Austria jährlich eine Publikation über die österreichischen Kindertagesheime auf. Im Juni 2011 wurde die Herausgabe „Kindertagesheimstatistik 2010/2011“ veröffentlicht, welche die Anzahl der Kindertagesheime, Betreuungsformen, Öffnungszeiten etc., nach Bundesländern dokumentiert. Im Folgenden werden die wichtigsten Aspekte kurz dargestellt.

Im Betriebsjahr 2010/2011 zählte die Statistik Austria in Österreich 8.057 institutionelle Kinderbetreuungseinrichtungen. Vor allem Krippen (+ 35,9 %) und altersgemischten Einrichtungen (+75,8 %) haben sich in den letzten fünf Jahren stark vermehrt. Tabelle 4 listet die verschiedenen Betreuungsformen auf. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

Tabelle 4: Betreuungsformen und Anzahl der Einrichtungen in Österreich		
Betreuungsform	Alter	Anzahl
Krippe	Kleinkinder von 0 bis 3 Jahren	1.208
Kindergartengruppe	Kinder von 3 bis 6 Jahren	4.694
altersgemischte Gruppe	0- bis 6-jährige und 3- bis 10-jährige Kinder	974
Hortgruppe	schulpflichtige Kinder ab 6 Jahren	1.181
[STATISTIK JOURNAL WIEN, Teil 3, 2010, Seite 37]		

2.3.1.1. Mitarbeiter

Insgesamt sind in Österreich 49.313 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in den Kindergärten für das Wohl der Jüngsten unserer Gesellschaft tätig. Männer sind in diesem Beruf noch immer eine Minderheit und sehr selten zu finden. Nur 863 Männer stehen 48.450 Frauen gegenüber. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

2.3.1.2. Erhalter

Unterteilt werden die Betreuungseinrichtungen nach dem Erhalten in öffentliche und private Einrichtungen. Bund, Länder und Gemeinden (= öffentliche Erhalter) sind für 60 % der Erhaltung von Kindertagesheimen zuständig. Gemeinden leisten mit 98,8 % den größten Beitrag. Als private Institutionen sind vor allem Vereine (62,2 %) für den Erhalt der Kindertagesstätten verantwortlich. Weitere private Erhalter sind kirchliche Organisationen, Privatpersonen, Betriebe oder sonstige Stellen. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

2.3.1.3. Betreuungsquote

Im Jahr 2010 besuchten insgesamt 318.754 Kinder eine Betreuungseinrichtung. Der Großteil (208.483 Kinder) davon war in Kindergartengruppen eingeschrieben. In den letzten 10 Jahren ist die Betreuungsquote (*der Anteil der in Kindertagesheimen*

betreuten Kinder, bezogen auf die gleichaltrige Wohnbevölkerung) in Österreich bei den 3-, 4- und 5-jährigen stetig angestiegen. Österreichweit liegen hier das Burgenland (95,8 %), Niederösterreich (91,5 %) und Wien (85,1 %) an der Spitze. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

2.3.1.4. Öffnungszeiten

Sieht man sich die Öffnungszeiten genauer an, so sind 98 % der Kindergärten den ganzen Tag geöffnet. Nur 1,3 % der Einrichtungen schließen zu Mittag. Das ist vor allem in Tirol und Vorarlberg der Fall. 10,1 % der österreichweiten Betreuungsstellen werden halbtägig geführt. Durchschnittlich haben die Institutionen 31 Betriebstage pro Jahr geschlossen. Die Schließtage sind vor allem in den Sommerferien und Weihnachtsferien. Schon vor 7.30 Uhr öffnen im Durchschnitt die meisten Kinderbetreuungseinrichtungen. Halbtagesbetreuung gibt es bis 14.00 Uhr und Ganztagesbetreuungsanstalten sind bis mindestens 17.00 Uhr geöffnet. Wien hat im Bundesländervergleich die längsten Öffnungszeiten. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

2.3.1.5. Migrantanteil

Mehr als 12 % der betreuten Kinder in Österreich kommen aus dem Ausland, vor allem aus dem ehemaligen Jugoslawien und aus der Türkei. Betrachtet man dies nach der Muttersprache, so spricht jedes vierte Kind bei der Einschreibung in den Kindergarten kein Deutsch. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

2.3.1.6. Gruppengröße

Sieht man sich die Gruppengröße im Bundesländervergleich an, so gibt es gravierende Unterschiede. In Kinderkrippen variiert die maximale Gruppengröße zwischen 8 und 16 Kindern, in Kindergartengruppen sind es zwischen 22 und 28 und bei der altersgemischten Gruppe sind es zwischen 10 und 24 Kindern. Betreut wird jede Gruppe von einem/einer gruppenführenden Kindergartenpädagogen/-pädagogin und einer HelferIn bzw. einem Helfer. Österreich erreicht die internationalen Qualitätsstandards bezüglich des Betreuungsschlüssels nicht. [SPECHT, 2009, Seite 22]

2.3.2. Wiener Kinderbetreuungseinrichtungen

Österreichweit ist die Landeshauptstadt Wien ein Vorreiter in der Kinderbetreuung. Wien hat die größte Dichte an Kindertageseinrichtungen, die längsten Öffnungszeiten und wenigsten Schließtage. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

2.3.2.1. Zuständige Abteilungen

Die zuständigen Abteilungen für die Kindertagesstätten sind vor allem die Magistratsabteilung Wiener Kindergärten (MA 10) und die Magistratsabteilung 11 für Jugend und Familie (MAG ELF). In Tabelle 5 werden ihre Kernaufgaben kurz aufgelistet. Ohne diese Abteilung wäre es nicht möglich die Qualität der Betreuungsplätze und des Betreuungspersonals zu halten.

Tabelle 5: Auflistung der zuständigen Behörden für Wiener Kinderbetreuungseinrichtungen und deren Aufgabenfelder	
Behörde	Kernaufgaben
Magistratsabteilung Wiener Kindergärten (MA 10) [MAGISTRATSABTEILUNG WIENER KINDERGÄRTEN: Die MA 10 stellt sich vor]	<ul style="list-style-type: none"> • Betriebsführung der städtischen Kinderkrippen, Kindergärten und Horte • Förderung von privaten Betreuungsplätzen • Förderung von Zuschüssen zum Elternbeitrag • Zuständig für die Ausbildung von Fachkräften (Elementarpädagogik, Frühförderung, Sonderkindergartenpädagogik und Hort)
MAG ELF-Amt für Jugend und Familie [STATISTIK JOURNAL WIEN, Teil 1, 2010, Seite 11]	<ul style="list-style-type: none"> • Organisation der Qualitätskontrolle/-sicherung: Regelmäßige, unangemeldete Qualitätskontrolle, • Schaffung von guten Rahmenbedingungen bei der Erreichung von Kinderbetreuungseinrichtungen, • Beratung und Begleitung von Betreibern, • Aus- und Fortbildung zur Umsetzung der Standards,

	<ul style="list-style-type: none"> • Förderung von Integration, • Einbeziehung von Sachverständigen, • Beschwerdemanagement, Kontrolle der Umsetzung des pädagogischen Konzeptes und des Bildungsplanes
--	--

2.3.2.2. Kindertagesheimgesetz und Kindertagesheimverordnung

Aufgaben, Ziele und Rahmenbedingungen sind je nach Bundesland verschieden und in speziellen Kindergarten-, Kinderbildungs- oder Kinderbetreuungsgesetzen und Verordnungen geregelt. Um in allen Wiener Kindergärten dieselben Standards zu erreichen, wurden 2003 das Wiener Kindertagesheimgesetz und die Kindertagesheimverordnung gesetzlich festgelegt. [SPECHT, 2009, Seite 21]

Kindertagesheime haben demnach „...die Aufgabe, in Ergänzung zur Familie nach gesicherten Kenntnissen und Methoden der Pädagogik die Entwicklung der Gesamtpersönlichkeit jedes Kindes und seine Fähigkeit zum Leben in der Gemeinschaft zu fördern und es in der Entwicklung seiner körperlichen, seelischen und geistigen Kräfte zu unterstützen. Das Bildungskonzept ist auf die Integration von Kindern unterschiedlicher kultureller und sozialer Herkunft sowie auf ihre individuelle physische und psychische Eigenart abgestimmt. Lernen erfolgt in einer für das Kind ganzheitlichen und spielerischen Art und Weise unter Vermeidung von starren Zeitstrukturen und vorgegebenen Unterrichtseinheiten. Entsprechende Rahmenbedingungen wie ein kindgemäßes Raumangebot sowie entwicklungsadäquates Spiel- und Beschäftigungsmaterial sollen Kinder zu kreativem Tätigsein anregen. In Kindertagesheimen sollen die Kinder durch einen partnerschaftlich demokratischen Führungsstil unabhängig von geschlechtsabhängigen Rollenfixierungen auf ihrem Weg zu einem selbstbestimmten und selbstverantworteten Leben in der Gemeinschaft begleitet werden. Gleichzeitig ermöglichen diese Einrichtungen die Vereinbarkeit von Beruf und Familie für Männer und Frauen.“ [WIENER KINDERTAGESHEIMGESETZ, 2003, § 1]

Das Wiener Kindertagesheimgesetz stellte den Ausgangspunkt für die Entwicklung des Bildungsplanes für Wiener Kindertagesstätten dar. Er wurde im September 2006

eingeführt. [MAGISTRATSABTEILUNG 10, Bildungsplan, 2006] Der Wiener Bildungsplan diente wiederum der Entwicklung des Bundesländerübergreifenden BildungsRahmenPlans für elementare Bildungseinrichtungen, der im Herbst 2009 publiziert wurde. Er führt jene Lernfelder an, die für die frühkindliche Entwicklung und den Lernerfolg im Kindergarten wichtig sind. Außerdem dient er der Qualitätssicherung in allen Kinderbetreuungseinrichtungen. [ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN, 2009] Näheres über den BildungsRahmenPlan ist im Kapitel 2.3.3. beschrieben.

2.3.2.3. Pädagogische Schwerpunkte der MA 10

Wiener Kindergärten zeichnen sich durch ihre hohe Qualität und die ständigen Kontrollen durch die MAG ELF aus. Das Wohl der Kinder und die Zusammenarbeit mit den Eltern ist der Stadt Wien ein großes Anliegen. Betreuung, Bildung und Erziehung nach einer alters- und entwicklungsangemessenen Pädagogik soll die Kinder spezifisch fördern. Folgende Bausteine werden in allen städtischen Kinderbetreuungseinrichtungen berücksichtigt und bilden zusammen ein qualitativ hohes pädagogisches Gesamtkonzept:

- **Qualität:** Die Qualität zeichnet sich aus durch die langjährigen Erfahrungen der Kindergartenleiterinnen/-leiter, ständigen Weiterbildungen der Pädagoginnen sowie Assistentinnen in unterschiedlichsten Bereichen. Für die Kindergesundheit sind zahlreiche fachspezifische Expertinnen und Experten angestellt. Um eine optimale Entwicklung der Kleinen zu gewährleisten wird auf eine altersgerechte Ernährung und Bewegungsförderung geachtet.
- **Integration von Kindern mit Behinderung:** Um den Kindern den richtigen Umgang miteinander beizubringen und gegenseitiges Verständnis zu wecken. Durch individuelle Förderung und Betreuung durch Spezialisten (unterstützt von mobilen Fachkräften) wird den Kindern mit Behinderung der Start in das Gesellschaftsleben erleichtert.
- **Montessori-Pädagogik:** Grundsatz "Hilf mir, es selbst zu tun." Förderung jedes einzelnen Kindes, eine eigenverantwortliche und selbstbewusste Persönlichkeit zu entwickeln. Das Kind kann selbst entscheiden was es lernen möchte und in welchem Tempo.

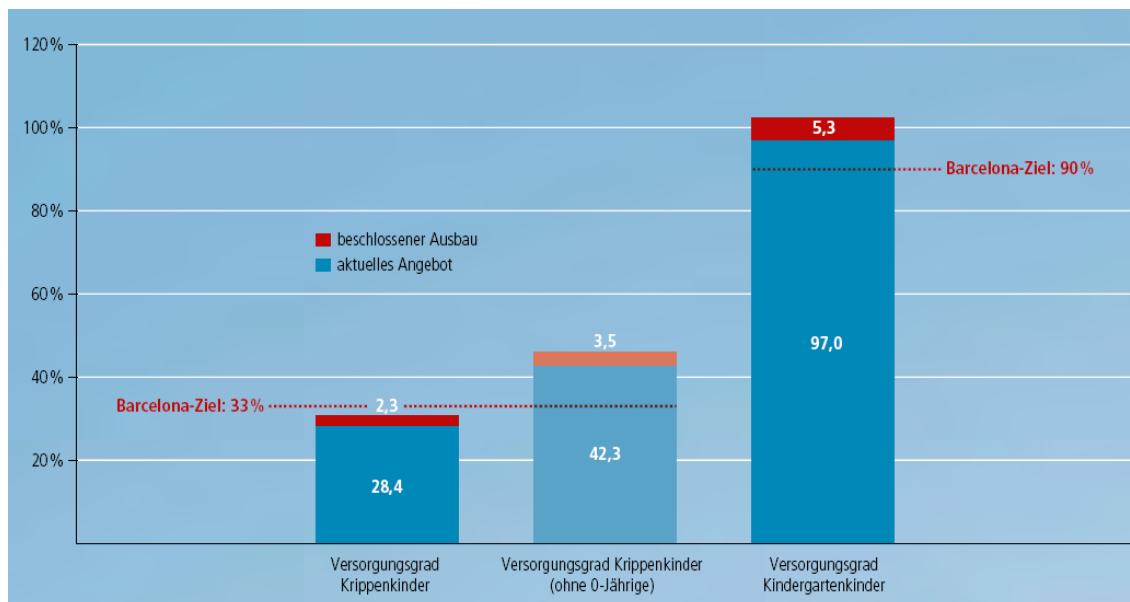
- Genderbewusste Pädagogik: Spezifische Förderungsmaßnahmen für Mädchen und Buben
- Spielerisches Lernen von Fremdsprachen: Spielerisches Lernen der englischen Kultur und kennenlernen der Sprache. Die Kinder müssen keine Vokabeln lernen. Mit diesem Angebot sollen sie Spaß an anderen Sprachen bekommen.
- Tiergestützte Pädagogik: Kinder lernen so Verantwortung zu übernehmen. Außerdem haben Tiere eine beruhigende und therapeutische Wirkung auf Kinder. Kinder die mit Tieren zu tun haben sind ausgeglichener und ruhiger.
- „Bleib locker“: Dies ist ein Pilotprojekt für Hortkinder im Alter von 7 bis 10 Jahren. Sie werden geschult Stresssymptome zu erkennen und zu bewältigen.
- „Faustlos“ und „Gripso-Logisch“: Die ist eine Gewaltpräventionsmaßnahme für Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren. Durch ein Anti-Aggressionstraining wird den Kindern gelernt mit Konflikten umzugehen bzw. Konflikte ruhig zu lösen.
- KidSmart: Pädagogisch wertvolle Computerspiele für Kinder.
- Interkulturelles Verstehen: Vor allem in Wien ist die Sprachförderung für Kinder mit nicht deutscher Muttersprache sehr wichtig, da ein Ausländeranteil von 51 % in den Kindergärten herrscht. Die Kleinen lernen so spielerisch Deutsch und den Umgang mit Kindern aus anderen Nationalitäten und Kulturen. [MAGISTRATSABTEILUNG WIENER KINDERGÄRTEN: Pädagogische Schwerpunkte – Wiener Kindergärten]

2.3.2.4. Barcelona-Ziele der EU

Definition: „Die Barcelona-Ziele der EU definieren, dass für mindestens 90 % der Kinder zwischen drei Jahren und dem Schulpflichtalter und für mindestens 33 % der Kinder unter drei Jahren Betreuungsplätze vorhanden sein sollen.“ [STATISTIK JOURNAL WIEN, Teil 1, 2010, Seite 12]

Um die Barcelona-Ziele der EU zu erreichen werden jedes Jahr weitere Betreuungsplätze geschaffen. Mit den zusätzlichen Betreuungsplätzen ist das Barcelona-Ziel für Kindergartenkinder erreicht (Abbildung 6). Nur die Anzahl der Krippenplätze muss noch ausgebaut werden. [STATISTIK JOURNAL WIEN, Teil 1, 2010, Seite 12]

Abbildung 6: Übersicht über aktuelle Betreuungsangebote und beschlossene Ausbaumaßnahmen in Bezug auf die Barcelona-Ziele [STATISTIK JOURNAL WIEN, Teil 1, 2010, Seite 12]



2.3.2.5. Ausgaben

Im Jahr 2009 wurden ca. 466 Millionen Euro in Wiener Kinderbetreuungseinrichtungen investiert. Insgesamt wurden 309,2 Mio. € (Personalkosten, Pensionen, Betriebsausgaben und Investitionsausgaben) für städtische Einrichtungen ausgegeben. Private Kinderbetreuungseinrichtungen wurden 2009 von der MA 10 mit 137,5 Mio. € gefördert. Laut Prognose der MA 5 (Referat Statistik und Analyse) wurde im Jahr 2010 die Förderungen für private Träger auf 223,9 Mio. € erhöht. [STATISTIK JOURNAL WIEN, Teil 3, 2010, Seite 32-33]

2.3.2.6. Gratiskindergarten

Laut österreichischer Daten von PISA ist auffällig, dass besonders Migrantenkinder und Kinder, deren Eltern einen niedrigeren Bildungsstand aufweisen, seltener einen Kindergarten besuchen. Statistik Austria fand heraus, dass auch armutsgefährdete Kinder Betreuungseinrichtungen seltener besuchen (57%) als nicht armutsgefährdete Kinder (75 %). [SPECHT, 2009, Seite 24]

Um diesen Umständen entgegenzuwirken und allen Wiener Kindern Kontakt zu Gleichaltrigen zu gewährleisten, wird seit September 2009 der Gratiskindergarten für alle städtischen Kindergärten und für die meisten privaten Einrichtungen angeboten. Dies soll die Eltern finanziell entlasten und vor allem einkommensschwachen Familien dienen. Außerdem könnte es ein Weg sein um Mütter für einen rascheren Berufseinstieg zu begeistern. [MAGISTRATSABTEILUNG WIENER KINDERGÄRTEN, Der beitragsfreie Kindergarten – Regelungen im Überblick]

2.3.2.7. Verpflichtendes Kindergartenjahr

In Österreich gibt es seit September 2010 das verpflichtende Kindergartenjahr. Mit dieser Maßnahme will man Kinder, die kurz vor dem Schuleintritt stehen, auf den Schulbesuch vorbereiten. In diesem Jahr wird besonders die Sprachentwicklung, Grob- und Feinmotorik, das Merkvermögen und die soziale Entwicklung beobachtet. Individuelle Bedürfnisse oder Schwachstellen können so pädagogisch gefördert werden und der Eintritt in den Schulalltag wird erleichtert. Man hofft, dass besonders sozioökonomisch schwache Familien, deren Kinder noch keinen Kindergarten besuchten, dadurch einen einfacheren Einstieg in den Alltag finden. [BUNDESMINISTERIUM FÜR WIRTSCHAFT, FAMILIE UND JUGEND]

Alle Kinder die vor dem 1. September des jeweiligen Jahres fünf Jahre alt geworden sind und ihren Hauptwohnsitz in Wien haben müssen demnach einen Kindergarten oder eine Kindergruppe, 4 Tage die Woche für mindestens 5 Stunden besuchen. Im Herbst 2011 werden die ersten Vorschulkinder die erste Klasse besuchen. [STATISTIK JOURNAL WIEN, Teil 3, 2010]

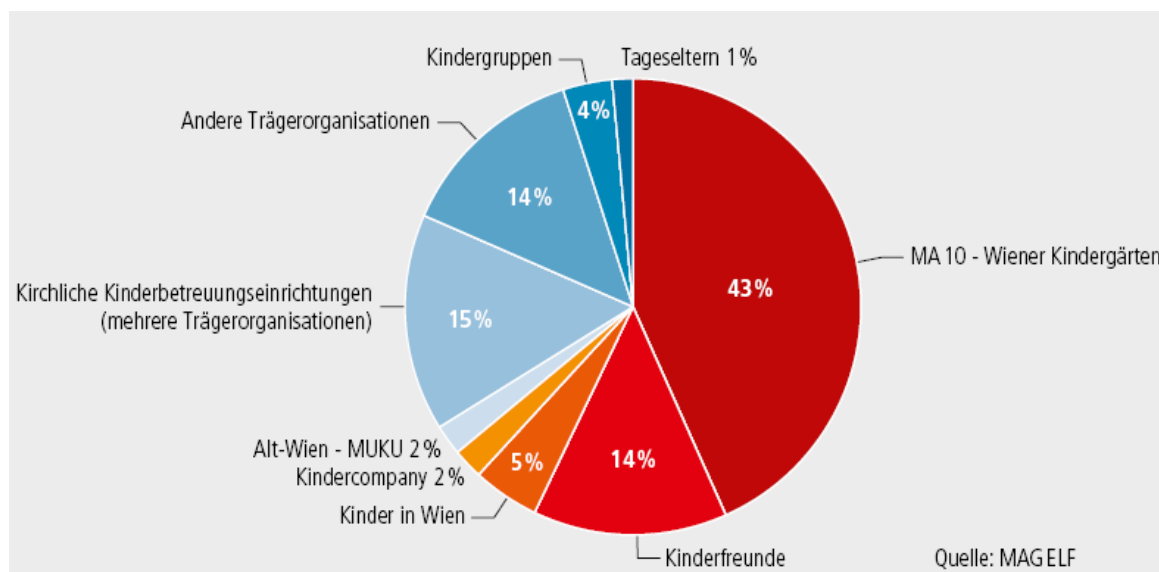
2.3.2.8. Kindertagesheimstatistik für Wien

Betreuungsplätze und Trägerorganisationen

Auch in Wien werden die Betreuungsplätze in öffentliche und private Kindertageseinrichtungen unterteilt, je nachdem von wem sie gefördert werden. Insgesamt gibt es in Wien 2.237 Kindertagesheime, davon sind 963 öffentliche und 1.274 private. Alle öffentlichen Kindertageseinrichtungen werden von der Gemeinde

erhalten, die privaten vor allem von Vereinen (1.027) und der katholischen Religionsgemeinschaft (215). Abbildung 7 gibt einen Überblick über die Prozentanzahl der betreuten Kinder je nach Trägerorganisation. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

Abbildung 7: Betreute Kinder nach Trägerorganisation [STATISTIK JOURNAL WIEN, Teil 1, 2010, Seite 9]



Die Hauptöffnungszeiten sind von 6.30 Uhr bis 18.30 Uhr. Geschlossen sind die Kindergärten meist nur zu Weihnachten und in den Sommerferien. 81.236 Kinder sind in Wiener Kinderbetreuungseinrichtungen eingeschrieben. Davon sind 12.556 Kinder in Krippen, 35.711 in Kindergärten, 18.275 im Hort und 14.694 in altersgemischten Gruppen. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

Berufstätigkeit der Eltern und Anteil der alleinerziehenden Mütter bzw. Väter

46,5 % der Mütter und 13,1 % der Väter sind nicht berufstätig. Alleinerziehende Mütter von Kindergartenkindern gibt es in Wien insgesamt 14.736. Das sind immerhin 18,1 %. Alleinerziehende Väter gibt es nur 596 (0,7 %). [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

Gesundheitschecks und Bewegungsoffensive

Spezielle medizinische und soziale Betreuungsangebote sind in Wien in vielen Kindergärten vorhanden. Diese Leistungen werden in Kooperation mit dem Gesundheitsdienst (MA 15) angeboten und sind meist kostenlos und besonders für einkommensschwache Familien mit mehreren Kindern wichtig. [Statistik Journal Wien, Teil 3, 2010, Seite 31] In 2.104 Einrichtungen werden Hörtests gemacht, Sehtests finden an 1.848 Standorten statt. Psychologen und Psychologinnen, Ärzte und Ärztinnen, Logopäden und Logopädinnen, Sonderkindergartenpädagogen und -pädagoginnen sind in 970 Betreuungseinrichtungen zu finden. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

Damit sich Kinder optimal entwickeln können, darf auch auf die Bewegung nicht vergessen werden. Kinder unterliegen nämlich einem enormen Bewegungsdrang. Um diesem Drang gerecht zu werden, sind in allen städtischen Einrichtungen Gärten und Bewegungsräume vorhanden. [STATISTIK JOURNAL WIEN, Teil 3, 2010, Seite 31]

Migrantenanteil

Wenn man die Kinder nach ihrer Staatsangehörigkeit und Muttersprache unterscheidet, so sind die meisten Kindergartenkinder mit ausländischen Wurzeln aus Serbien-Montenegro, der Türkei und aus Polen. Durch den großen Migrantenanteil in Wien macht das 51 % aus. Dies ist auch ein Grund warum Sprachförderung in Wiener Kindergärten so groß geschrieben wird. Insgesamt haben nur 49 % der Kindergartenkinder in Wien eine österreichische Staatsbürgerschaft. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

Betreuungspersonal

13.231 Frauen und 266 Männer sind in den Kindergärten beruflich tätig und betreuen die kleinsten in Wien. Davon sind 423 Leute freigestellte Leiterinnen, 1.432 gruppenführende Leiterinnen, 382 unterstützende Leiterinnen, 2.637 gruppenführendes Fachpersonal, 3.381 unterstützendes Fachpersonal, 2.736 Helferinnen, 138 Reinigungs- und Hauspersonal. Durchschnittlich arbeitet das Personal 34,7 bis 35,8 Stunden die Woche. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

Gruppengröße und zuständige Personalanzahl

Sieht man sich die Höchstkinderanzahl pro Gruppe an, so sind maximal 25 Kinder in einer Gruppe. In Familiengruppen mit 2- bis 6-jährigen dürfen höchstens 20 bis 22 Kinder sein, in gemischten Gruppen in denen Kindergarten- und Hortkinder sind maximal 24. Nur in den Krippengruppen sind maximal 15 Kinder, denn diese brauchen besondere Aufmerksamkeit. Die Gruppengröße ist aber auch von den jeweiligen m² des Gruppenraumes abhängig. Pro Kind müssen mindestens 3 m² an bespielbarer Bodenfläche (Gruppen-, Bewegungsraum oder sonstige Spielflächen) einberechnet werden. Betrachtet man die Anzahl der Betreuer/-innen pro Gruppe, so ist insgesamt eine Fachkraft und eine Assistentin pro Gruppe zuständig. In Familiengruppen sind eine Kindergartenpädagogin oder Hortpädagogin und eine Assistentin für die Betreuung verantwortlich. In den Krippengruppen ist meistens noch eine zusätzliche Assistentin tätig. Durch die hohe Kinderzahl und die wenigen Betreuungspersonen pro Gruppe kann von einer qualitätsorientierten, pädagogisch wertvollen Betreuungssituation nicht die Rede sein. Der ÖDKH fordert in Kindergärten, Horten und anderen Kinderbetreuungseinrichtungen deshalb *„ein Bundesrahmengesetz mit Mindeststandards zur Qualitätssicherung und einen, dem Kindesalter und einer zeitgemäßen Pädagogik angepassten Betreuungsschlüssel (Kind:PädagogInnen Schlüssel).“* In Tabelle 6 sind die Forderungen detailliert aufgestellt. [ÖSTERREICHISCHER DACHVERBAND DER BERUFSGRUPPEN DER KINDERGARTEN- UND HORTPÄDAGOGEN/-PÄDAGOGINNEN]

Tabelle 6: Forderungen des ÖDKH	
Betreuungsschlüssel	Kinderzahl pro Gruppe bei 4 m² pro Kind im Gruppenraum
Für 0-2 jährige Kinder 3:1	Für 0-2 jährige Kinder max. 6
Für 2-3 jährige Kinder 5:1	Für 2-3 jährige Kinder max. 12
Für 3-6 jährige Kinder 8:1	Für 3-6 jährige Kinder max. 20
Für 6-12 jährige Kinder 10:1	Für 6-12 jährige Kinder max. 20
[ÖSTERREICHISCHER DACHVERBAND DER BERUFSGRUPPEN DER KINDERGARTEN- UND HORTPÄDAGOGEN/-PÄDAGOGINNEN]	

2.3.3. Bildungsrahmenplan für Österreich

Der Kindergarten ist die erste Bildungsinstitution außerhalb des familiären Umfeldes. Vieles, was Kinder in den ersten Jahren ihres Lebens lernen, prägt sie ein Leben lang und bestimmt teilweise auch ihren Lebensstil, ihre Vorlieben und vielleicht auch ihren späteren Werdegang.

In Anlehnung an den Bildungsplan für Kindergärten in Wien, wurde 2008 mit der Entwicklung eines bundesländerübergreifenden BildungsRahmenPlan begonnen. Zusammen mit dem Charlotte-Bühler Institut für praxisorientierte Kleinkindforschung und Expertinnen und Experten der österreichischen Bundesländer wurde im Herbst 2009 der Bildungsplan für Kinder von null bis sechs Jahren vorgestellt. Der Bildungsplan ist offen gestaltet. Das heißt, es gibt einen allgemeinen Teil der für alle Bundesländer gilt und im Anschluss einen Erweiterungsteil, in dem jedes Bundesland eigene Schwerpunkte setzen kann. Er dient sowohl als Grundlage für jede pädagogische Aktivität, als auch für Eltern zu Informationszwecken. Im Mittelpunkt des Planes steht die vorschulische Bildung für alle Kinder aus allen sozialen Schichten, zur Förderung von individuellen Bedürfnissen und Basiskompetenzen unter Berücksichtigung qualitativer Standards. Er dient der Qualitätssicherung in österreichischen Kinderbetreuungseinrichtungen und möchte erreichen, dass alle Kinder zu Schulbeginn über eine einheitliche Bildungsbasis verfügen. Neben den pädagogischen Standards, die festgelegt sind, soll jedem Kind die Möglichkeit geboten werden sich individuell entfalten zu können. Kinder sollen aber nicht überfordert werden und in ein stures Lernschema gedrängt werden, sondern sollen in ihrem eigenen Lern- und Lebensrhythmus durch spielerische, bedarfsgerechte und altersgemäße Aktivitäten, ihre Umwelt kennen lernen und sich so durch „Lernen im Spiel“ weiterentwickeln. [ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN, 2009]

„Kinder gestalten nicht nur ihre eigenen Lernprozesse, sondern auch ihr soziales und kulturelles Umfeld aktiv mit und können als „Ko-Konstrukteure von Wissen, Identität, Kultur und Werten“ bezeichnet werden. Ko-Konstruktion bedeutet die gemeinsame Gestaltung von Bildungsprozessen durch Kinder und Erwachsene.“ [ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN, 2009, Seite 2]

Die Prinzipien für ko-konstruktives Lernen sind im BildungsRahmenPlan in den folgenden Punkten verankert. Je nach Forschungsergebnissen, Lebens- und Gesellschaftsbedingungen können sie auf ihre Aktualität hin überprüft und falls nötig, geändert werden. Jede Planung und Durchführung eines Bildungsangebotes sollte diesen Prinzipien folgen.

- Ganzheitlichkeit und Lernen mit allen Sinnen: Lernen wird als ganzheitlicher Prozess betrachtet, in dem die Gesamtpersönlichkeit jedes Kindes einfließt.
- Individualisierung: Jedes Kind ist anders hinsichtlich der Herkunft, der Bedürfnisse, des Lerntempos und der Art zu Lernen. Durch gezieltes Beobachten der Entwicklung jedes Kindes, können je nach dem gezielte pädagogische Angebote geplant und durchgeführt werden.
- Differenzierung: Die Differenzierung bezieht sich auf die Individualität der Kinder, hinsichtlich Begabung, Fähigkeiten und Interesse jedes einzelnen und bezieht zudem verschiedene Lernkonzepte mit ein.
- Empowerment: Dieses Handlungskonzept orientiert sich an Stärken und Potenzialen der Kinder.
- Lebensweltorientierung: Bildungsprozesse sollen an den lebensweltorientierten Erfahrungen jedes einzelnen Kindes anknüpfen. So kann in Verbindung mit Bekanntem, die Motivation zu Neuem geweckt werden.
- Inklusion: Jedes Kind hat individuelle Bedürfnisse, auf die individuell eingegangen werden muss.
- Sachrichtigkeit: Pädagogische Angebote müssen altersgerecht und inhaltlich richtig aufgebaut sein.
- Diversität: Durch vielfältige, individuelle Unterschiede wird die Voraussetzung für Aufgeschlossenheit gelegt.
- Geschlechtssensibilität: Unabhängig von ihrem Geschlecht, müssen sowohl Mädchen als auch Buben, in der Entwicklung ihrer eigenen Persönlichkeitspotentiale gestärkt werden.
- Partizipation: Durch die aktive Teilnahme an gesellschaftlichen Prozessen wird den Kindern beigebracht, Verantwortung für sich selbst und für andere zu übernehmen.

- Transparenz: Durch Transparenz sollen die komplexen pädagogischen Arbeitsbereiche für Eltern und auch für die Öffentlichkeit nachvollziehbar sein.
- Bildungspartnerschaft: Durch Zusammenarbeit von Familie, externen Fachkräften und elementaren Bildungseinrichtungen soll eine Umgebung geschaffen werden, in der eine bestmögliche Entwicklung und Lernförderung der Kinder möglich ist.

[ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN, 2009, Seite 3-4]

Neben Rahmenbedingungen (z.B. qualitätsvolle Bildungsmittel, räumliche Umgebung, Spielmaterial und -partner, Aktivitäten, Bildungsangebote, Vertrauen und Akzeptanz etc.) legt der Plan auch Bildungsbereiche für Erzieher und Erzieherinnen dar, die verfolgt werden müssen. Bildungsbereiche die beachtet werden sollen sind:

Emotionen und soziale Beziehungen

- Identität: Jedes Kind ist einzigartig und hat seine eigene Identität. Diese Identität wird durch Stärken und Schwächen, durch Interaktionen mit Gleichaltrigen und Erwachsenen und der eigenen Selbstwahrnehmung geprägt.
- Vertrauen und Wohlbefinden: Um sich Neuem zuzuwenden und selbstständig zu handeln gehört emotionale Sicherheit dazu. Diese Sicherheit wird zu den zentralen Lernvoraussetzungen gezählt.
- Kooperation und Konfliktkultur: Alltagssituationen die im Kindergarten auftreten beinhalten das Aushandeln von Regeln, die Bearbeitung von Konflikten und die Kooperation mit Gleichaltrigen und Erwachsenen

[ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN, 2009, Seite 10-11]

Ethik und Gesellschaft

- Werte: Durch ein unterschiedliches Wertesystem im Kindergarten und in der Familie werden die Kinder mit verschiedenen Handlungsnormen konfrontiert. Dadurch werden die Kinder in ihrem eigenen Denken und Handeln unterstützt.
- Diversität: Ein interkulturelles und individuelles Umfeld mit unterschiedlichsten Persönlichkeiten verschafft vielfältige Lerngelegenheiten für Kindergartenkinder.

- Inklusion: Durch die verschiedenen Begabungen der Kinder müssen die Bedürfnisse des Einzelnen und auch die der gesamten Gruppe berücksichtigt werden. Im Zentrum der pädagogischen Arbeit steht sowohl das gemeinsame Lernen als auch die individuelle Förderung.
- Partizipation und Demokratie: Um sich eine persönliche Meinung bilden zu können, Entscheidungen treffen zu können und andere Meinungen und Entscheidungen akzeptieren zu können, müssen Kinder in ihren Wünschen, Vorstellungen und Meinungen ernst genommen werden und mitbestimmen dürfen.

[ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN, 2009, Seite 12-13]

Sprache und Kommunikation

- Sprache und Sprechen: Sowohl die Erstsprache (Muttersprache), als auch Zweitsprache (Fremdsprache) müssen gefördert werden, denn die Förderungen beider Sprachen unterstützen das Zusammenleben in einer pluralistischen Gesellschaft.
- Verbale und nonverbale Kommunikation: Verbale, nonverbale und paraverbale Kommunikationsformen unterstützen Kinder bei der Entwicklung ihrer Ausdrucksform.
- Literacy: Durch kindgerechte Literatur wird das Interesse am Erlernen von Lese- und Schreibkenntnissen gefördert.
- Informations- und Kommunikationstechnologien: In der heutigen Gesellschaft ist die Auseinandersetzung mit digitalen Medien kaum zu vermeiden. Diese müssen aber kindgerecht und altersgerecht aufbereitet sein.

[ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN, 2009, Seite 14-15]

Bewegung und Gesundheit

- Körper und Wahrnehmung: Das Körperbewusstsein wird durch verschiedenste Wahrnehmungsaspekte geprägt. Dieses Körperbewusstsein stärkt und prägt das Selbstvertrauen jedes Kindes.
- Bewegung: Durch körperliche Aktivität wird die Entwicklung des Kindes maßgeblich gefördert. Bewegung testet körperliche Stärken und Schwächen,

fördert die Geschicklichkeit und Ausdauer, die Koordinationsfähigkeit und räumliche Vorstellungskraft. Bewegung ist wichtig um Stress, Belastungen und Aggressionen abzubauen und so zu einer positiven Grundeinstellung zu gelangen.

- Gesundheitsbewusstsein: Um ein Gesundheitsbewusstsein aufbauen zu können und Krankheiten vorzubeugen ist eine Aufklärung über Risiken und das Wissen über gesundheitsfördernde Verhaltensweisen unabdingbar.

[ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN, 2009, Seite 16-17]

Ästhetik und Gestaltung

- Kultur und Kunst: Kultur wird durch Kunstgegenstände, Literatur, Traditionen, Nationalität etc. geprägt. Dies unterstützt Kinder in ihrem Wissen vom Leben und ihren Einstellungen dazu. In Form von Kunst (durch Musik, Bilder, Handarbeiten etc.) können Kinder ihre individuellen Empfindungen ausdrücken.
- Kreativer Ausdruck: Unter den Begriff „kreative Ausdruckformen“ fallen bildnerische und plastische Gestaltungsmöglichkeiten, Spielmöglichkeiten, Tanzformen, Musikrichtungen und Sprachformen. All diese Bereiche werden durch die Auseinandersetzung von eigenen Fragen, Gedanken und Gefühlen geprägt. Durch Mal-, Bastel- und Handarbeiten werden außerdem verschiedene Materialien, Techniken und die Verwendung von Werkzeugen etc. kennengelernt, was wiederum die Sachkompetenz erweitert.

[ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN, 2009, Seite 18-19]

Natur und Technik

- Natur und Umwelt: Um Nachhaltigkeit an Naturressourcen zu erlernen, ist es nötig ökologische Zusammenhänge zu verstehen. Dies kann nur funktionieren wenn man sich mit der Natur und Umwelt auseinandersetzt.
- Technik: Auseinandersetzungen mit der Technik, mit physikalisch-technischen Gesetzen, diversen Experimenten etc. ermöglicht Kindern ihr Wissen über Vorgehensweisen auszubauen und ihr Interesse zu fördern.
- Mathematik: Kinder sind in ihrer Neugierde kaum zu bremsen. Das betrifft auch das mathematische Denkverhalten. In altersangemessenen und

entwicklungsangemessenen Phasen kann durch diese Neugierde die kognitive Entwicklung gefördert werden. Z.B. durch das Verständnis von Mengen oder Mengenverhältnissen, durch Zählfertigkeiten, durch die Vielfältigkeit von Formen und Größen etc.

[ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN, 2009, Seite 20-21]

Um den ganzen Prinzipien und Bildungsbereichen als Pädagoge/-in gerecht zu werden, ist ein fundiertes Wissen notwendig. Von den Kindergartenpädagogen und -pädagoginnen werden Kompetenzen und Kenntnisse gefordert, die in ihrer Ausbildung gelehrt werden müssen.

Nach Betrachtung der Prinzipien und Bildungsbereiche fällt einem auf, dass Ernährungserziehung nicht direkt erwähnt wird. Jedoch aber die Gesundheitsförderung durch Bewegung, Aufklärung und Wissensvermehrung und die Stärkung des Gesundheits- und Körperbewusstseins. All diese Aspekte inkludieren auch ein gesundes, ausgewogenes Ernährungsverhalten und somit auch die Ernährungserziehung und -bildung. Prinzipien die für die Gesundheitsförderung von Bedeutung sind, sind unter anderem Empowerment, Partizipation und Lebensweltorientierung.

2.3.4. Verpflegung im Kindergarten

Eine altersgemäße und bedarfsdeckende Ernährung ist besonders in Kindesjahren sehr wichtig. Nur so können sich Kinder optimal entfalten. Der Verpflegung in Kindertagesstätten wird somit eine besondere Rolle zugeschrieben. Das Speisenangebot sollte möglichst alle Sinne ansprechen. Durch das Aussehen unterschiedlichster Lebensmittel und durch eine Vielfältigkeit an Gerüchen, Geschmäckern, Texturen und Hörerlebnissen wird die Geschmacksprägung unterstützt. Durch Zusatzstoffe, Geschmacksverstärker und künstliche Aromen kann das Wahrnehmen der Geschmacksvielfalt verloren gehen, weshalb diese in Kinderspeisen und auch in der Kindergartenverpflegung keine Verwendung finden sollten. [DGE, 2009]

2.3.4.1. ÖGE-Gütesiegel

Kindergartenkinder nehmen in Österreich einen Großteil ihrer Nahrung (2-3 Mahlzeiten) in der Kinderbetreuungseinrichtung ein. Um ein gesundheitsförderndes Speisenangebot sicherzustellen, können seit Juli 2007 Unternehmen der Gemeinschaftsverpflegung (z.B. Großküchen, Cateringfirmen etc.) das ÖGE-Gütesiegel für gesundheitsfördernde Speisepläne in der Gemeinschaftsverpflegung beantragen. Dieses Siegel wurde in Zusammenarbeit mit der DGE konzipiert und garantiert eine nährstoffoptimierte Speisenqualität. Nach Erfüllung spezieller Kriterien kann jedem Gemeinschaftsverpflegungsbetrieb das Gütesiegel verliehen werden. Folgende verpflichtende Anforderungen sind zu erfüllen um das ÖGE-Gütesiegel zu beantragen:

„Einhaltung der zielgruppenspezifischen Vorgaben an eine ausgewogene und richtige Ernährung für eine oder mehrere Menülinie(n) im Rahmen einer Teil- oder Vollverpflegung unter Berücksichtigung des Energiegehaltes und folgender Nährstoffe:

- *Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate, Ballaststoffe*
- *Mineralstoffe: Calcium, Magnesium, Eisen und Jod*
- *Vitamine: Vitamin C, B1 und E*

Nährstoffschonende Speisenzubereitung auf Basis fachlich-wissenschaftlicher Grundlagen sowie jenen einer guten Herstellungspraxis. Die wissenschaftlichen Grundlagen des ÖGE-Gütesiegels beruhen auf den D-A-CH-Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr (in der jeweils gültigen Fassung) und dem deutschen Bundeslebensmittelschlüssel (BLS) bzw. Souci-Fachmann-Kraut (SFK) (in der aktuellen Fassung). Zur Bewertung der nährwertoptimierten Speisepläne wird das Computerprogramm DGE-PC Professional in der jeweils aktuellen Version empfohlen.“ [ELMADFA et al, 2009, Seite 298-302]

2.3.4.2. Mahlzeiten in Kinderbetreuungseinrichtungen

Im Auftrag des deutschen Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz wurden von der DGE e. V., im Rahmen des Projektes „KID-FID die Gesunde-Essen-Aktion für Kitas“, Qualitätsstandards für Kindertagesstätten (Kitas) entwickelt. Die Offensive richtet sich an Pädagogen und Pädagoginnen, Eltern,

Cateringfirmen sowie Trägerverbände und möchte damit eine gesundheitsfördernde Speisengestaltung in den Kitas sichern. Demnach sollten Energiezufuhr und Lebensmittelauswahl aufeinander abgestimmt werden. Dafür ist jedoch eine gute Zusammenarbeit von Pädagogen und Eltern notwendig. Falls Frühstück und Nachmittagsjause nicht von den Einrichtungen angeboten werden, müssen Eltern vorher klar informiert werden, welche Speisen erwünscht sind und welche Lebensmittel nicht in der Jausenbox sein sollten. Spezielle Tabellen (für Frühstück, Mittagessen und Jause) zeigen auf, welche Lebensmittel in der Speisengestaltung integriert werden sollten. Auch hier werden die D-A-CH Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr als Grundlage verwendet (siehe Kapitel 2.2.1.). Bei der Menügestaltung ist auf einige Dinge zu achten. Der Menüzyklus sollte demnach mindestens vier Wochen betragen. Außerdem sollten saisonale, und wenn es möglich ist, regionale Produkte verwendet werden. In Kindergärten mit hohem Migrantenanteil ist es auch wichtig auf kulturelle Essgewohnheiten, sowie ethnische und religiöse Aspekte zu achten. Weitere Punkte, die in den Qualitätsstandards für Kitas integriert sind, sind der Umgang mit Lebensmittelunverträglichkeiten, die Verpflegung bei Festen und Feierlichkeiten, der Umgang mit Süßigkeiten und die Zubereitung, Warmhaltezeiten und sensorische Qualität von Speisen. [DGE, 2009, Seite 11-19]

2.3.4.3. Rahmenbedingungen rund um die Mahlzeitengestaltung

Wie im Kapitel 2.2.4. schon erläutert, hat die Essatmosphäre einen prägenden Einfluss auf das Essverhalten von Kindern und sollte deshalb auch klar von übrigen Kindergartenaktivitäten abgegrenzt werden. Vor jedem Essen sollte eine Phase eingelegt werden, wo die Kinder vom Spielen und Toben zur Ruhe kommen können. Aspekte, die die Essatmosphäre beeinflussen sind:

- die Raumgestaltung: Der Speisebereich sollte hell und ruhig sein und über ausreichend Platz verfügen. Jedes Kind sollte seinen eigenen Platz haben. Zudem sollte das Mobiliar kindgerecht sein. Pflanzen, selbstgemalte Bilder oder selbstgebastelte Tischdekoration verleihen jedem Raum ein ansprechendes Ambiente.

- die Tischgestaltung: Kinder helfen sehr gerne mit den Tisch zu decken, Platzsets auszuteilen, Servietten zu falten etc. Durch eine Tischdekoration, die von den Kindern selbst gestaltet wird, kann das Essen nur schmecken.
- die Essenzeiten: Ein fester Rhythmus mit geregelten Essenszeiten ist für Kinder besonders wichtig um ihrem Alltag eine Struktur und ihnen Sicherheit zu geben. Die Essenszeiten sollten demnach klar definiert sein. Je nach pädagogischem Konzept gibt es gemeinsame Mahlzeiten oder auch freie, gleitende Mahlzeiten. Gleitende Mahlzeiten finden vor allem in der Früh oder am Nachmittag statt. Die Kinder können sich dann innerhalb bestimmter Essenszeiten, je nachdem wann sie Hunger haben, am Frühstückstisch selbst bedienen.
- Betreuung der Mahlzeiten durch Kindergartenpädagoginnen: Wie schon erwähnt lernen Kinder durch Imitieren von Vertrauenspersonen (Imitationslernen). Den Betreuerinnen wird eine Vorbildfunktion auferlegt, der sich viele gar nicht bewusst sind. Zu ihren Aufgaben zählen Verhaltensregeln, Kommunikationsregeln und Esskultur zu vermitteln. [DGE, 2009, Seite 8-10]
- Tischmanieren: Gute Tischmanieren sind überall gefragt und für das ganze Leben wichtig. Wie der Spruch „*Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr!*“ schon sagt, ist es wichtig die entsprechenden Tischmanieren schon von klein auf zu lernen. Auch hier ist die Vorbildfunktion der Betreuerinnen gefragt, um den richtigen Umgang mit Messer, Gabel, Löffel etc. zu erlernen. Außerdem sollten die Kinder aufrecht bei Tisch sitzen, also nicht herumklümmeln und sitzen bleiben bis alle fertig sind, um den Geräuschpegel gering zu halten. [KLUG, 2009, Seite 61]

2.3.4.4. Verpflegung in Wiener Kindergärten

Da von den 81.236 Kindern, die in Wien betreut werden, 68.069 Kinder ihr Mittagessen in der Einrichtung einnehmen, ist die Kinderernährung der Stadt Wien ein besonderes Anliegen. Die Bio-Offensive „Gesunde Ernährung für jedes Kind“ ist ein wesentlicher Baustein in den städtischen Kinderbetreuungseinrichtungen um eine optimale Kinderentwicklung zu gewährleisten. Die Mittagsmenüs (50 % Bioanteil) werden von der Cateringfirma „Kulinarik“ geliefert und nach alters- und entwicklungsgerechten Empfehlungen zusammengestellt, frisch gekocht und ständigen Qualitätsprüfungen

unterzogen. Zusatzstoffe, Farb- und Konservierungsstoffe sind nicht erlaubt. Gabelfrühstück und Jause werden in den Einrichtungen selbst zubereitet oder von Caterern oder Bäckereien geliefert. In einzelnen Kindergärten müssen die Kinder die Zwischenmahlzeiten auch von zu Hause mitnehmen. [STATISTIK JOURNAL WIEN, Teil 3, 2010, Seite 31]

Da in dieser Masterarbeit das Thema „Verpflegung im Kindergärten“ ein wichtiger Teil ist, wird in der nachstehenden Tabelle 7 die Anzahl der Kinder die ihr Mittagessen in der Einrichtung einnehmen dargestellt.

Tabelle 7: Anzahl der Kinder die ihr Mittagessen im Kindergarten einnehmen, österreichweit und in Wien (in %)		
Betreuungseinrichtung	Österreich	Wien
Krippe	76,8 %	81,6 %
Kindergarten	44,3 %	79,3 %
Hort	90,6 %	94,6 %
altersgemischte Gruppe	67,5 %	83,2 %
Kindertagesheime insgesamt	57,0 %	83,8 %
[STATISTIK AUSTRIA, 2011]		

Österreichweit nehmen durchschnittlich 57,0 % der Kinder ihr Mittagessen im Kindergarten ein. In Wien sind es sogar 83,8 %. Ein guter Grund also Ernährungserziehung im Kindergarten einzuführen, bzw. verpflichtend als Grundbaustein zu sehen. Außerdem werden alle Bevölkerungsgruppen angesprochen. Das Thema kann zudem altersgerecht aufgearbeitet werden. Schaut man sich die Zahlen der berufstätigen Mütter an, so fällt auf, dass in Wien die meisten Kinder den ganzen Tag im Kindergarten sind und ihre Mahlzeiten auch dort konsumieren, jedoch weniger Mütter einem Beruf nachgehen. Dies könnte den Grund haben, dass der

Kindergartenbesuch in Wien seit Herbst 2009 gratis ist. Statt den ca. 300 € monatlich, muss nur noch ein geringer Betrag (ca. 57 € pro Monat) für das Essen bezahlt werden und auch hier kann eine Essensbeitrags-Förderung für sozial schwächere Familien beantragt werden.

2.3.5. Ernährungserziehung und -bildung im Setting Kindergarten

Gesunde Ernährung wird man nie wie eine Formel oder ein Vokabel lernen können, denn das Ernährungsverhalten wird von klein auf durch Eltern und Vertraute mitgegeben und ist schwer zu verändern. Der Lebensstil der Erziehungsberechtigten bestimmt das Ernährungsverhalten ihrer Kinder und das von sich selbst. [METHFASSEL, 2009]

Kinder zählen im Bevölkerungsvergleich zur gesündesten Altersgruppe, gleichzeitig weisen sie aber durch Mangelernährung, Inaktivität und einem einseitigen Lebensstil immer häufiger gesundheitliche Beschwerden auf. Die Prävention dieser Beschwerden ist im Kindesalter besonders wichtig, da sie den Grundstein für Folgeerkrankungen im späteren Leben legen. Kindergärten bilden den besten Platz für Bewegungsförderungs- und Ernährungserziehungsprojekte, denn dort werden alle sozialen Schichten erreicht. [KLICHE, 2007, Seite 4]

Definition Ernährungserziehung und -bildung: „In den meisten Familien dominierte die Ernährungserziehung die Ernährungsbildung. Erziehung meint, dass bewusst und absichtsvoll Lernprozesse herbeigeführt werden. Bildung bedeutet dagegen die Fähigkeit zu einer reflektierten Auseinandersetzung mit sich selbst und der Welt [BARLOSIUS, 2009].“

Ernährungserziehung fand früher vor allem in der Familie statt. Traditionell war dies der Aufgabenbereich der Frau. Sie war die Betreuerin, die mit den Kindern zusammen kochte, Gemüse pflanzte, Felder bewirtschaftete etc. So lernten Kinder nebenbei von klein auf wie Obst und Gemüse wächst, wo die Milch herkommt, wie viel Arbeit es macht Felder zu bewirtschaften um etwas zu essen zu haben und den nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln. Heutzutage fehlt meist auch den Erwachsenen das Wissen über richtige Ernährung. Da Kinder schon in sehr jungen Jahren eine Krippe oder

Kindergarteneinrichtungen besuchen und oft beide Elternteile berufstätig sind, wird die Verantwortung der Ernährungserziehung meist der Einrichtung übertragen. Kindertagesstätten bieten den optimalen Platz, um mit einer Frühförderung gesunder Ernährung und Lebensweise zu beginnen. [BUCHNER und ZAHRA, 2009, Seite 4-11]

Durch spielerisches Lernen wird Theorie schmackhaft gemacht und durch Praxis, wie z.B. kochen und backen, wird der nachhaltige Umgang mit Lebensmitteln, die Vielfalt an Produkten, die Nahrungszubereitung etc. vermittelt. Je nach Alter der Kinder, müssen Ernährungsprojekte entsprechend aufbereitet werden. Durch spielerisches Lernen, wie z.B. Geschmackskim, Geruchskim, Tastkim, gemeinsames Kochen, Erlernen von Tischmanieren etc. und körperliche Aktivität, kann den Kindern ein bewusstes Gesundheitsverhalten schon in jungen Jahren beigebracht werden. [METHFASSEL, 2009]

Über Ernährungsprogramme (Schaffung gesundheitsfördernder Rahmenbedingungen, gesundes Verpflegungsangebot) oder interne und externe Ernährungsprojekte (altersgemäße Maßnahmen, Auseinandersetzung mit unterschiedlichsten Lebensmitteln, Speisenzubereitung, Essrituale, kurze Theorievorträge) wird den Kleinsten das Thema Ernährung nähergebracht. Doch nur in Zusammenarbeit mit den Eltern, den Kindergartenpädagoginnen und den Kindergartenpädagogen kann frühe Ernährungserziehung Sinn machen. Denn das Erlernte muss auch im privaten Umfeld umgesetzt werden. Die Herausforderung liegt somit auch in der Elternbildung und Erwachsenenbildung. [BUCHNER und ZAHRA, 2009, Seite 4-11]

Um Kinder zielgerichtet bilden zu können, ist ein fachlich fundiertes Wissen der Kindergartenbetreuer und -betreuerinnen notwendig. Die mangelhafte Auseinandersetzung mit dem Thema in der Grundausbildung reicht nicht aus. Pädagogen müssen regelmäßig fachspezifische Fortbildungen besuchen um Ernährungserziehung bzw. -bildung pädagogisch und wissenschaftlich korrekt an Kinder weitergeben zu können. [METHFASSEL, 2009]

2.3.5.1. Europäisches Kerncurriculum – Inhalte und Lernziele der Ernährungsbildung

Das Europäische Kerncurriculum für Ernährungsbildung, welches anhand des Leitfadens „Healthy eating for young people in Europe“ (WHO 2000) entwickelt wurde, dient Kindergartenbetreuerinnen und -betreuern, altersgerechte Themenschwerpunkte für Ernährungsbildung zu finden. Die Inhalte und Lernziele sind nach sieben Themenfeldern und vier Altersgruppen (Altersgruppe 4 bis 7, 8 bis 10, 11 bis 13 und 14 bis 18 Jahre) aufgeteilt und lassen sich leicht in Lehrplänen von Kindertagesstätten und Schulen integrieren. Für die Altersgruppe 4- bis 7-jähriger Kinder sind in Tabelle 8 folgende Bildungsschwerpunkte vorgesehen.

Tabelle 8: Europäisches Kerncurriculum - Inhalte und Lernziele der Ernährungsbildung für die Altersgruppe 4 bis 7		
Nr.	Themenfeld	Lerninhalte
1.	Essen und emotionale Entwicklung – Körper, Identität und Selbstkonzept	<ul style="list-style-type: none"> • Sinneswahrnehmung und Freude am Essen, Essensvorlieben • Körperbilder • Soziale Bedeutung des Essens, der Essenzubereitung und Umgebung • Eigenverantwortung
2.	Essgewohnheiten, kulturelle und soziale Einflüsse – Ernährungsweisen, Essstile, Essen in sozialer Gemeinschaft	<ul style="list-style-type: none"> • Eigene Essgewohnheiten • Essgewohnheiten anderer • Zeiten für Mahlzeiten • Soziale Umgebung • Mahlzeiten und Zwischenmahlzeiten • besondere Anlässe
3.	Ernährung und persönliche Gesundheit – Ernährungsempfehlungen und Richtlinien, alte und neue Konzepte	<ul style="list-style-type: none"> • Essen und Gesundheit • Nahrungsmittel • Gesundheitsrisiken und Verhütung
4.	Prozesse der Erzeugung, Verarbeitung und Verteilung von Nahrung. Lebensmittelqualität und globaler Handel	<ul style="list-style-type: none"> • Nahrungsmittelherstellung • Nahrungsmittelverarbeitung • Nahrungsmittelverteilung
5.	Lebensmittel, Märkte, Verbraucher und Konsum – Marketing, Werbung und Einkauf	<ul style="list-style-type: none"> • Angebot in Lebensmittelgeschäften
6.	Konservierung und Lagerung von	<ul style="list-style-type: none"> • Nahrungsmittelkonservierung

	Nahrung – Lebensmittelverderb, Hygiene, europäische Bestimmungen	<ul style="list-style-type: none"> • Nahrungsmittellagerung
7.	Kultur und Technik der Nahrungsmittelzubereitung – ästhetisch-kulinarischer Umgang mit Nahrungsmitteln, (inter-)kulturelle, historische, soziale, religiöse Bezüge	<ul style="list-style-type: none"> • Hygiene • Tisch decken • Nahrungsauswahl • Nahrungszubereitung • Sicherheit
[HEINDL, 2003]		

2.3.5.2. Tipps zur Umsetzung einer optimalen Kindergartenverpflegung

Im Rahmen der „Akademie für Ernährung und Lebensmittelqualität“ (gegründet von der österreichischen Gesellschaft für Ernährung), eine spezielle Fortbildungsinitiative für Kindergartenpädagoginnen, werden folgende Tipps (Tabelle 9) zur Umsetzung einer optimalen Kindergartenverpflegung gegeben. Diese Tabelle zeigt die Vorteile einer optimalen Kindergartenverpflegung auf. Planungsfragen und Checkfragen, die auch Teil der Tabelle waren, wurden aus Platzgründen weggelassen.

Tabelle 9: Tipps zur Umsetzung einer optimalen Kindergartenverpflegung		
Nr.	Beschreibung	Vorteile
1	<i>ernährungsphysiologisch optimierte, schmackhafte, altersgerechte Verpflegung</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Förderung von Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit, Gesundheit • Reduzierung zukünftiger Ausgaben im Gesundheitswesen • Wettbewerbsvorteil der Kindertageseinrichtung • Zufriedenheit • nachhaltige Verankerung eines gesunden Ernährungsstils
2	<i>regionale Produkte von heimischen Produzenten aus naturnahem Anbau und fair gehandelt</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Erhaltung der heimischen Kulturlandschaft • Schutz der biologischen Vielfalt • Förderung sozialer Gerechtigkeit • Stärkung der heimischen Wirtschaft • kürzere Transportwege
3	<i>Einbeziehen typischer, regionaler Gerichte in die Speisenplanung</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der heimischen Esskultur
4	<i>Berücksichtigung von</i>	<ul style="list-style-type: none"> • bessere Integration von Kindern aus anderen

	<i>Bedürfnissen und Vorlieben der Kindern aus anderen Kulturkreisen</i>	<i>Kulturkreisen</i> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kennenlernen kultureller Unterschiede</i>
5	<i>positive Gestaltung des gemeinsamen Essens</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>angenehme Gestaltung der Essenssituation</i> • <i>Rituale geben Sicherheit und stärken die Gemeinschaft</i> • <i>das Erleben der Tischgemeinschaft und der Tischkultur vermittelt den Kindern wichtige soziale Erfahrungen</i>
6	<i>gemeinschaftliche Aufstellung und Einhaltung festgelegter Regeln beim Essen</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Förderung der sozialen Kompetenz</i> • <i>geregelter Ablauf der Mahlzeiten</i>
7	<i>Unterstützung sozial benachteiligter Kinder</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Verbesserung der Ernährungssituation von Kindern aus sozioökonomisch benachteiligten Familien</i>
8	<i>Wissensvermittlung im Rahmen der Mahlzeiten</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Wissensvermittlung direkt vor Ort</i>
[ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG. Tipps zur Umsetzung einer optimalen Kindergartenverpflegung. Teil des Moduls 5, 2010/2011]		

Im Kapitel 5.3.1. wird die Akademie für Ernährung und Lebensmittelqualität näher beschrieben. [ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG. Tipps zur Umsetzung einer optimalen Kindergartenverpflegung. Teil des Moduls 5, 2010/2011, Internetquelle:
http://www.oege.at/php/current/upload/pdfs/Tipps_zur_Umsetzung_einer_optimalen_Kindergartenverpflegung.pdf]

2.3.6. Ernährungserziehungsprojekte in österreichischen Kindergärten

Die „Evaluierung von Gesundheitsinterventionen bei ein- bis sechsjährigen Kindern“ [VEIGL, 2011] war Zielsetzung einer Diplomarbeit am Institut für Ernährungswissenschaften. Die Ergebnisse sollen hier kurz erläutert werden. Folgende Ernährungserziehungs- und Ernährungsbildungsprojekte in österreichischen Kindergärten wurden dabei evaluiert:

- „Genuss- und Bewegungsentdecker - Gesunde Kinder für eine starke Zukunft“
(Durchführungszeitraum: 3 Jahre)

- „Gesunder Kindergarten“ (Durchführungszeitraum: September 2008 bis Juni 2011)
- „Kids Food / Maxima“ (Durchführungszeitraum: 2003 bis 2005)
- „Bewegung ist Leben“ (Durchführungszeitraum: September 2007 bis Juni 2008)
- „Gemeinsam Essen“ (Durchführungszeitraum: 2008 bis 2014)
- „Stärken stärken“ (Durchführungszeitraum: 2009 bis 2012)
- „Genussvoll Essen und Trinken“ (Durchführungszeitraum: September 2009 bis Juni 2010)
- „Apfelaktion“ (Durchführungszeitraum: jährlich seit 2009)
- „Bio-Schatztruhe“ (Durchführungszeitraum: seit 2009)
- „Hopsi Hopper“ (Durchführungszeitraum: seit Jänner 2010)
- „Gemüsebeete für Kindergärten“ (Durchführungszeitraum: September 2009 bis Juni 2010)
- „Schmatzi“ (Durchführungszeitraum: 2009 bis 2011)

Die diversen Projekte finden meist auf Landes- oder Regionalebene statt. Ein bundesländerübergreifendes Projekt, mit einheitlichen Konzepten und Evaluierungsstrategien, gibt es bis dato nicht. Die Angebote unterscheiden sich hauptsächlich durch die Laufzeit, Zielgruppe, Zeitdauer, durch die Themen und Umsetzungsstrategien.

Hauptziel der Projekte ist es, einer Verhaltensänderung und Wissensvermehrung bei Kindern und Kindergartenpädagoginnen/ -pädagoginnen zu erreichen. Um die Effektivität der Projekte zu steigern wurden meistens die Eltern miteingebunden. Die Miteinbeziehung und Aufklärung der Eltern stellt einen wesentlichen Einflussfaktor über den Erfolg solcher Projekte dar. Denn nur in Zusammenarbeit mit den Eltern sind auch Auswirkungen auf das familiäre Umfeld zu erreichen.

Weitere Ziele:

- Förderung von gesundheitsfördernden Strukturen im Kindergarten und in der Gemeinschaftsverpflegung
- Verhaltens- und Verhältnisprävention

- Wissen über Ernährung, Bewegung, biologische Landwirtschaft und deren Produkte erweitern
- Schaffung von Kinderküchen und Bewegungsräumen
- Verbesserung des Ernährungs- und Bewegungswissens
- Einbeziehen des sozialen Umfeldes (Gemeinschaftsverpflegung, Bewegungsangebote etc.)
- Spiel-, Bewegungs- und Wahrnehmungsbedürfnisse der Kinder erfüllen
- Essstörungen, Gewichtsprobleme und damit verbundene negative gesundheitliche, seelische und soziale Folgen vorbeugen
- ernährungsphysiologische Qualität der Speisen und Getränke erhöhen
- bessere Gestaltung der Speisesäle und Essensausgabe

Die zahlreichen Projekte unterscheiden sich auch durch ihre Maßnahmen die gesetzt wurden, wie z.B.:

- Analysieren und Optimieren des Kindergartenmenüs
- Schulung des Küchenpersonals
- praktische und theoretische Einheiten mit den Kindern
- Vorträge für interessierte Eltern, Erzieher/-innen und Kinder
- Sporteinheiten
- Projektfolder und Broschüren für Eltern
- Elterninformationsabende, Elternbriefe
- Eltern-Kind-Kochabenteuer
- Eltern-Kind-Bewegungsnachmittag
- Ausflüge
- Anpflanzen von Gemüse
- Verkostungen
- Schulung der Kindergartenpädagogen/-pädagoginnen
- Spiele
- Checklisten für eine gesunde Jause

Das Ergebnis der Evaluierung zeigt, dass es einige engagierte Projekte in Österreich gibt, die das Ernährungs- und Bewegungsverhalten von Krippen- und

Kindergartenkinder fördern. So hatten die Kinder z.B. gesündere Jausen von zu Hause mit, aßen mehr Obst, Gemüse, Joghurt, Müsli und Vollwertspeisen, das Ernährungswissen bei Kindern, Kindergartenpädagogen und Eltern wurde verbessert, das Gesundheitsbewusstsein wurde positiv gestärkt, die Mittagsmenüs wurden durch die Optimierung der Speisen ernährungsphysiologisch verbessert und durch Bewegungseinheiten wurden die motorischen Fähigkeiten der Kinder erhöht.

Um die Effizienz der Maßnahmen feststellen zu können und eventuelle Verbesserungen in der Durchführung vornehmen zu können, ist es jedoch unbedingt notwendig laufend Evaluierungen vorzunehmen. Das ist leider in den wenigsten Projekten der Fall.

Damit solche Ernährungs- und Bewegungsprojekte erfolgreich sein können, müssen in der vorweggenommenen Strukturierung und Planung zahlreiche Faktoren beachtet werden. So sollten Projekte immer von Fachspezialisten geführt und begleitet werden, zielgruppenspezifisch gestaltet werden, langjährig und nachhaltig geführt werden, Kinder, Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen, Eltern und das soziale Umfeld unbedingt miteinbeziehen.

Um das Interesse der Kinder zu wecken sollten alle Sinne miteinbezogen werden. Durch gemeinsames Zubereiten gesunder Speisen, durch Spiel-, Bastel-, Bewegungs- und Rezeptvorschläge, Geschmacks-, Geruchs- und Tastkim, durch Vorträge, welche die Kinder aktiv mitgestalten können, und durch ständiges Wiederholen und Durchführen des erlernten Wissens, wird jedes Projekt zum Erfolg.

Da sehr viele Maßnahmen auf Bundes- und Regionalebene angeboten werden und keine Wissensübertagung der Strukturierung und des Erfolges stattfindet, wäre es außerdem sinnvoll, die diversen Projekte, samt der Ziele, Maßnahmen und Ergebnisse, gebündelt in einer Datenbank darzustellen. Nur so können eventuelle Fehler in nachfolgenden Gesundheitsförderungsprojekten ausgeschlossen werden.

2.4. Ausbildung zur Kindergartenpädagogin/ zum Kindergartenpädagogen in Österreich

In den folgenden Unterkapiteln werden die unterschiedlichen Ausbildungsmöglichkeiten zum/zur Kindergartenpädagogen/ -pädagogin in Österreich beschrieben. Die Lehrpläne werden speziell auf gesundheits- und ernährungsintegrierte Gegenstände hin untersucht.

2.4.1. Ausbildungswege zum Kindergartenpädagogen, beziehungsweise zur Kindergartenpädagogin

Die Verwirklichung des Traumberufes zur Kindergartenpädagogin oder zum Kindergartenpädagogen findet an den Bildungsanstalten für Kindergartenpädagogik (kurz BAKIP) statt und kann in Österreich auf unterschiedlichsten Wegen erfolgen. Für alle Ausbildungsformen gilt, dass vor dem Schuleintritt ein Eignungstest in Form von fachlicher und körperlicher Eignung abgelegt werden muss. Grundsätzlich gibt es folgende Ausbildungsmöglichkeiten (Tabelle 10):

Tabelle 10: Ausbildungswege zum/zur Kindergartenpädagogen/ -pädagogin		
Schularten	Dauer	Qualifikation
Höhere Lehranstalt (Abschluss: Reife- und Diplomprüfung, Aufnahmebedingung: Erfolgreicher Abschluss der ersten 8 Jahre der Schulpflicht)	5 Jahre	<i>„§ 94. (1) Die Bildungsanstalten für Kindergartenpädagogik haben die Aufgabe, den Schülern jene Berufsgesinnung sowie jenes Berufswissen und Berufskönnen zu vermitteln, die für die Erfüllung der Erziehungs- und Bildungsaufgaben in den Kindergärten erforderlich sind, und sie zugleich zur Universitätsreife zu führen.</i> <i>(2) An den Bildungsanstalten für Kindergartenpädagogik können Schüler auch zu Erziehern an Horten ausgebildet werden.“</i>
Kolleg (Abschluss: Diplomprüfung, Aufnahmebedingung: Reifeprüfung oder Studienberechtigungsprüfung oder Berufsreifeprüfung.)	4 - 6 Semester (auch berufsbegleitend)	
[BUNDESKANZLERAMT RECHTSINFORMATIONSSYSTEM (RIS), Schulorganisationsgesetz, Seite 37-39]		

Durch den Ausbau der Kindertageseinrichtungen ist immer mehr qualifiziertes Personal nötig. Um einer Personalknappheit entgegen zu wirken, bietet die BAKIP21 (Bildungsanstalt für Kindergartenpädagogik der Stadt Wien) seit 2008 zwei zusätzliche Kollegs für Erwachsene an (PICK-UP und CHANGE). Das Kolleg PICK-UP ist für all jene die keinen Maturaabschluss haben. Hier wird zu Beginn zwei Semester lang für die Studienberechtigungsprüfung gelernt. Nach Abschluss der Berechtigungsprüfung folgt eine zwei semestriges Vorbereitungsmodul (Unterricht in Tagesform) und darauf eine drei semestriges Praxismodul (Unterricht berufsbegleitend). Das Kolleg CHANGE ist für all jene die bereits einen Maturaabschluss, eine Berufsreife- oder Studienberechtigungsprüfung haben. Es ist fünf semestrig aufgebaut und gliedert sich in ein zwei semestriges Vorbereitungsmodul (Unterricht in Tagesform) und ein drei semestriges Praxismodul (Unterricht berufsbegleitend). Durch die Absolvierung dieser beiden Kollegs verpflichten sich die Abgänger mindestens für fünf Jahre für die Stadt Wien tätig zu sein. [WIENER ZENTRUM FÜR ELEMENTARPÄDAGOGIK, Kolleg CHANGE: <http://www.paedagogika.at/bildung/bakip21/kolleg/change/home/intro.html>, Kolleg PICK-UP: <http://www.paedagogika.at/bildung/bakip21/kolleg/pick-up/home/intro.html>]

Angeichts der Tatsache, dass sich die familiären Umstände in der heutigen Zeit rasch ändern und dadurch die Anforderungen an Erzieher/Erzieherinnen andere Schwerpunkte erhalten, fordern nationale Experten- und Expertinnengremien eine akademische Ausbildung von Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen. [SPECHT, 2009]

Anzahl der Schulen für Kindergartenpädagogik in Österreich

Insgesamt gibt es in Österreich 29 Standorte der BAKIP, die sowohl öffentlich (auch Bundes-Bildungsanstalten für Kindergartenpädagogik genannt) als auch privat organisiert werden. Elf dieser Einrichtungen werden von katholischen Kirchen geführt, zwei Anstalten von den jeweiligen Gemeinden und die restlichen 16 sind Bundes-Bildungsanstalten. [BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR. Standorte der Bildungsanstalten für Kindergartenpädagogik, Internetquelle:

http://www.abc.berufsbildendeschulen.at/de/standorte.asp?type=1&styp=14&menu_id=486]

Tabelle 11 gibt einen Überblick über die Anzahl der BAKIP-Standorte in den jeweiligen Bundesländern nach Ausbildungsart.

Tabelle 11: Anzahl der Schulen nach Ausbildungsart und nach Bundesländern (2009/10)										
Ausbildungswege	AUT	Bgl	K	NÖ	OÖ	S	Stmk	Tir	Vlb	W
BAKIP (höhere Lehranstalt)	29	1	1	5	5	2	6	3	1	5
Kollegs an höheren Schulen für Kindergartenpädagogik	11	-	1	2	2	1	1	1	1	2
Lehrgänge an höheren Schulen für Kindergartenpädagogik	9	-	1	1	1	1	1	1	1	2
[STATISTIK AUSTRIA, Schulstatistik, 2010]										

Unter die Rubrik „Lehrgänge an höheren Schulen für Kindergartenpädagogik“ fallen die Ausbildung zum/zur Horterzieher/ -erzieherin (Voraussetzung ist das Diplom für Kindergartenpädagogik) und die Ausbildung für Sonderkindergartenpädagogik und Früherziehung (Voraussetzung ist das Diplom für Kindergartenpädagogik und Berufspraxis). [BUNDESKANZLERAMT RECHTSINFORMATIONSSYSTEM (RIS), Schulorganisationsgesetz, Seite 37-39]

Anzahl der Schüler und Schülerinnen nach Ausbildungsform und Bundesland

Laut Schulstatistik 2009/10 der Statistik Austria besuchten im Schuljahr 2009/10 insgesamt 7.514 Schülerinnen und 286 Schüler die 5-jährige Ausbildung zur/zum Kindergartenpädagogin/ -pädagogen. Die Frequentierung der Ausbildungswege über die diversen Kollegs war deutlich geringer (674 Schülerinnen, 42 Schüler). Betrachtet man die Statistik österreichweit, so besuchen in Wien die meisten Jugendlichen die 5-jährige Ausbildung.

Tabelle 12 listet die Verteilung der Schüler/Schülerinnen im Jahr 2009/10 nach Ausbildungsweg und nach Bundesländern auf. [STATISTIK AUSTRIA, Schulstatistik, 2010]

Tabelle 12: Anzahl der Schülerinnen (in Klammer „der Schüler“) nach Ausbildungsart und nach Bundesländern (2009/10)										
Ausbildungswege	AUT	Bgl	K	NÖ	OÖ	S	Stmk	Tir	VLb	W
BAKIP (höhere Lehranstalt)	7.514 (286)	386 (16)	397 (14)	1.040 (29)	1.442 (34)	463 (12)	1.281 (69)	531 (18)	285 (2)	1.691 (92)
Kollegs an höheren Schulen für Kindergartenpädagogik	674 (42)	-	23 (1)	53 (5)	66 (6)	22 (1)	49 (2)	49 (-)	19 (1)	413 (26)
Lehrgänge an höheren Schulen für Kindergartenpädagogik	236 (-)	-	20 (-)	17 (-)	22 (-)	39 (-)	25 (-)	36 (-)	17 (-)	60 (-)
[STATISTIK AUSTRIA, Schulstatistik, 2010]										

Leider ist es noch immer so, dass dieser Beruf eher als Frauenberuf gesehen wird. Insgesamt sind in Österreich nur 328 Männer in der Ausbildung zum Kindergartenpädagogen. In der Gesellschaft ist eher den Frauen die Erzieherrolle in der Familie zugeteilt. Doch es gibt einige Gründe warum es mehr männliche Betreuungspersonen in den Kindertagesstätten bräuchte. Z.B. tragen durch die langen Arbeitszeiten der Väter männliche Personen im Alltag weniger zur Erziehung von Kindern bei als Frauen. Männliche Betreuer sind für die optimale Entwicklung von Jungen und Mädchen wichtig. Vor allem für Kinder, die von einer alleinerziehenden Mutter aufgezogen werden, wäre der Kontakt zu Erziehern wichtig. Sie haben z.B. andere Sichtweisen und Interessen (Handwerkliches, Technik, körperliche Grenzen austesten, etc.) die in Kindergärten zu wenig berücksichtigt werden. Ein Mann im Team ist ein besserer Ansprechpartner für eher männertypische Themen und Wünsche. Frauen decken den pflegerischen Aspekt in den Kindergärten ab, Männer eher den spielerischen, aktiven Aspekt, wodurch Kinder in der Austestung ihrer Grenzen eher gefördert werden. [ROHRMANN, 2005]

2.4.2. Lehrplan der Bildungsanstalt für Kindergartenpädagogik

Wie am Anfang des BGBl. II erwähnt wird, ist der Lehrplan der BAKIP ein Rahmenlehrplan. Das bedeutet, dass er *„unterrichtliche Ziele und Inhalte und Verfahren für die Planung und Realisierung von Lernprozessen angibt und die eigenständige und verantwortliche Unterrichtsarbeit der Lehrerinnen und Lehrer gemäß den Bestimmungen des § 17 Abs. 1 des Schulunterrichtsgesetzes ermöglicht, aber sogleich in ihrem Ausmaß begrenzt.“* [BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR, BGBl. II Nr. 327/2004, Seite 1]

Mit den Inhalten des Lehrplanes versucht man die Schülerinnen und Schüler optimal auf ihren weiteren Berufsalltag vorzubereiten. Er umfasst:

- *„das allgemeine Bildungsziel* (Persönlichkeitsmerkmale, allgemeine und spezifische berufsrelevante Kompetenzen),
- *die allgemeinen didaktischen Grundsätze* (Unterrichtsplanung, Durchführung des Unterrichts, Sicherung des Unterrichtsertrages, Förderunterricht, Evaluation des Unterrichts),
- *die schulautonomen Lehrplanbestimmungen* (allgemeine und besondere Bestimmungen),
- *die Stundentafel* (Kapitel 5.2.1.) und
- *die Bildungs- und Lehraufgaben, die didaktischen Grundsätze sowie den Lehrstoff der einzelnen Unterrichtsgegenstände.“* [BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR, BGBl. II Nr. 327/2004, Seite 1-5]

In Tabelle 13 ist die Stundentafel für die 5-jährige Ausbildung, die mit einer Diplom- und Reifeprüfung abschließt, ersichtlich. Da dieser Ausbildungsweg direkt an die 8. Schulstufe anschließt sind sowohl Fächer vorhanden die der Allgemeinbildung dienen, als auch Unterrichtsfächer die berufsbildenden Charakter haben.

Für das behandelnde Thema der Masterarbeit und der Analyse sind vor allem die Unterrichtsfächer „Biologie und Umweltkunde (einschließlich Gesundheit und Ernährung)“, „Bewegungserziehung (Bewegung und Sport)“ und das „Seminar Ernährung mit praktischen Übungen“ interessant, weshalb im nachstehenden Kapitel diese drei Teile dargestellt und untersucht werden.

2.4.2.2. Pflichtgegenstände mit gesundheitsfördernden Inhalten

Gesundheitserziehung bzw. -bildung ist im Lehrplan fächerübergreifend zu absolvieren. Insgesamt fallen drei Unterrichtsfächer in den Bereich der Gesundheitserziehung.

Unter dem Punkt „Allgemeine Bildungsziele - Spezielle Kompetenzen für die beruflichen Erfordernisse“ im BGBl. II Nr. 327/2004 wird festgehalten, über welches Fachwissen die Absolventen verfügen sollen. Sie sollen demnach fähig sein „zur Planung, Durchführung und Evaluation von personen-, altersgruppen- und aufgabenbezogener Bildungsarbeit“. Unter anderem auch von Maßnahmen „des Gesundheitsmanagements im Sinne der Vorsorge und Erziehung zu einer gesunden Lebensführung“. [BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR, BGBl. II Nr. 327/2004, Seite 2]

Biologie und Umweltkunde (einschließlich Gesundheit und Ernährung)

Im Kreise des Unterrichtsfaches „Biologie und Umweltkunde (einschließlich Gesundheit und Ernährung)“ wird den Schülern und Schülerinnen das wichtigste über Biologie und Umweltkunde beigebracht und sie werden in ihrem Gesundheitsbewusstsein sensibilisiert. Sie sollen im Beruf demnach befähigt sein, Umwelt- und Gesundheitsanliegen zu erkennen, die Kinder für diese Themen zu sensibilisieren und diese Themen kindgerecht und altersgerecht aufzuarbeiten. Themen wie z.B. Umweltschutz, Artenkenntnisse, Gesundheitsfragen, Grundkenntnisse der Biologie des Menschen und seiner Umwelt etc. werden in diesem Unterrichtsfach

bearbeitet und gelehrt. In der folgenden Tabelle 14 ist der Lehrstoff für die 1. bis 4. Klasse aufgelistet. [BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR, BGBl. II Nr. 327/2004, Seite 50-51]

Tabelle 14: Lehrstoff des Faches „Biologie und Umweltkunde (einschließlich Gesundheit und Ernährung)	
Klasse	Lehrstoff
1. Klasse (2 Wochenstunden)	<i>Zelle Gewebe, Organ und Organsysteme, Bau, Funktion und Entwicklung menschlicher Organsysteme mit besonderem Aspekt der Gesunderhaltung, menschliche Sexualität (biologische und soziale Aspekte), Hygiene, biologische Grundlagen der ersten Hilfe</i>
2. Klasse (2 Wochenstunden)	<i>Organe der Pflanzen und ihre Funktion an Hand ausgewählter Arten unter Berücksichtigung ökologischer Zusammenhänge, Energiefluss und Stoffkreisläufe, Anatomie und Physiologie ausgewählter Tiergruppen</i>
3. Klasse (1 Wochenstunde)	<i>Ökologiegrundlagen, geologische und mineralogische Aspekte und ausgewählte Ökosysteme, insbesondere mit Bezug zu heimischen Lebensräumen</i>
4. Klasse (2 Wochenstunden)	<i>Grundlagen der vergleichenden Verhaltensforschung, Genetik (klassische Genetik, Molekulargenetik), Gentechnik und Biotechnologie und Entstehung des Lebens und Evolution</i>
[BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR, BGBl. II Nr. 327/2004, Seite 50-51]	

Die genaue Betrachtung des Lehrstoffes macht ersichtlich, dass dem Teil Ernährung und Gesundheit zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird.

Bewegungserziehung (Bewegung und Sport)

Körperliche Aktivität ist zum einen für die Gesamtentwicklung (stabilisiert den Bewegungsapparat, stärkt das Immunsystem, verändert den Stoffwechsel, etc.) der Kinder sehr wichtig und zum anderen wird das Bewusstsein für eine positive Körperbeziehung gefestigt. [METHFESSEL, 2009, Seite 129]

Im Rahmen des Unterrichtsfaches „Bewegungserziehung (Bewegung und Sport)“, das mit je 2 Wochenstunden von der 1. bis zur 4. Klasse und 3 Wochenstunden in der 5. Klasse vertreten ist, wird den Schülerinnen und Schülern der Effekt und Nutzen von Bewegung gelehrt. Nach Schulabschluss sollen sie befähigt sein, die Kinder für sportliche Betätigung zu begeistern und sie in ihrer individuellen Entwicklung gezielt fördern zu können. Außerdem wird ihnen gelehrt wie man Bewegungsangebote (z.B. Kinderskilauf, Schwimmkurse für Anfänger, Spiele für die motorische Förderung etc.) plant, vorbereitet und durchführt. Um den Kindern im späteren Berufsleben all diese Dinge vermitteln zu können, ist es wichtig, dass die angehenden Kindergartenpädagogen und -pädagoginnen in praktischen Einheiten selbst Erfahrungen sammeln.

Der Lehrstoff beinhaltet laut BGBL II Nr. 327/2004:

- *„Grundlagen des beruflichen Handelns: Ziele und Aufgaben der Bewegungserziehung im Kindergarten und Hort, Materialien- und Gerätekunde, Alltagsmaterialien als Bewegungsanreiz, Fachsprache, Fachliteratur und Sicherheitsmaßnahmen und Unfallverhütung, Erste Hilfe*
- *Methodische Mittel: Planung, Organisation, Gestaltung von offenen und angeleiteten Bewegungsangeboten, methodische Wege, Möglichkeiten der Motivierung zum Bewegen und Spielen, psychomotorische Arbeitsweisen, freie Bewegungsmöglichkeiten, Anbahnen sportlichen Handelns sowie Differenzierung und Integration.*
- *Grundlagen der Bewegungserziehung im Berufsfeld: Praxisrelevante Ergänzung der anatomisch-physiologischen Grundlagen, Bedeutung der Motorik für die Persönlichkeitsentwicklung, geschlechtsspezifisches Körperbewusstsein und Raumanpassungsverhalten – Möglichkeiten des Ausgleichs, Erkennen von*

Auffälligkeiten im Bewegungs- und Sozialverhalten, soziales Lernen in Bewegungssituationen, Gesundheitsförderung durch Bewegung und Sicherheit im Straßenverkehr.

- *Kreatives Bewegen, Spielen und Tanzen: Bewegungsspiele, Spielleitung, Spielfeste, Sportfeste und einfache Tänze für Kindergarten und Hort.*
- *Bewegter Kindergarten – Bewegter Hort: Bewegung und Sport im Jahresablauf, Bewegung und Lernen, Bewegungspause, Bewegungsräume, Bewegungslandschaften, Eltern und andere Partner in der Bewegungserziehung und Bewegung in der Freizeitgestaltung.“ [BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR, BGBl. II Nr. 327/2004, Seite 72-73]*

Der Lehrstoff des Unterrichtsfaches „Bewegungserziehung“ deckt das Thema „Gesundheitsförderung durch Bewegung“ nach der Meinung der Autorin sehr gut ab.

Seminar Ernährung mit praktischen Übungen

Anstatt des Unterrichtsfaches „Hauswirtschaftlich-gesundheitlicher Bereich“ wurde im Jahr 2004 das Fach „Seminar Ernährung mit praktischen Übungen“ ergänzend zum Unterrichtsgegenstand „Biologie und Umweltkunde (einschließlich Gesundheit und Ernährung)“ eingeführt und ist seither im Lehrplan mit je einer Wochenstunde in der 1. und 2. Klasse vertreten. [BUCHNER und ZAHRA, 2009, Seite 29]

Der Lehrinhalt wird in Zusammenarbeit mit den Lehrenden des Pflichtgegenstandes „Biologie und Umweltkunde (einschließlich Gesundheit und Ernährung)“ abgesprochen. Erlerntes Wissen wird in praktischen Übungen in Kooperation mit den Fächern „Didaktik“ und „Kinderpraxis“ angewandt, erprobt und gefestigt.

Tabelle 15 listet kurz die inhaltlichen Schwerpunkte der 1. und 2. Klasse auf, die in diesem Seminar gelehrt werden. [BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR, BGBl. II Nr. 327/2004, Seite 76]

Tabelle 15: Lehrstoff des Seminars Ernährung mit praktischen Übungen

Klasse	Lehrstoff
1. Klasse (1 Wochenstunden)	<i>Bestandteile der Nahrung, grundlegende chemische Begriffe, gesunde Ernährung, Essverhalten, Individual- und Betriebshygiene und praktische Übungen zur gesunden Ernährung</i>
2. Klasse (1 Wochenstunden)	<i>Gemeinschaftsverpflegung, Tischkultur, Individual- und Betriebshygiene, Abfallwirtschaft und berufsbezogene praktische Übungen</i>
[BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR, BGBl. II Nr. 327/2004, Seite 76]	

Grundsätzlich beinhaltet der Lernstoff alle wichtigen Themen die zur Ernährungserziehung von Kleinkindern beitragen. Wenn man aber bedenkt, dass das Ernährungsverhalten in früher Kindheit, also in der Familie und im Kindergarten, geprägt wird und die Betreuer eine Vorbildfunktion auf die Kinder ausüben, dann ist die Wochenstundenanzahl der gesamten Ausbildung von zwei Stunden viel zu gering angesetzt um den ganzen Stoff qualitativ hochwertig durchzuarbeiten. Nach Meinung der Autorin wäre es notwendig, die Wochenstunden für alle fünf Klassen auf zwei Stunden anzuheben und den Lehrstoff in theoretische und praktische Einheiten zu gliedern. Denn nur so kann ein Ernährungs- und Gesundheitsbewusstsein bei den Auszubildenden geweckt werden. Das theoretisch gelernte Ernährungswissen kann darauffolgend durch praktische Einheiten gefestigt werden.

2.4.3. Weiterbildungsmöglichkeiten im Bereich Ernährungserziehung

Zur Förderung des Ernährungs- und Gesundheitswissens von Kindergartenpädagogen und -pädagoginnen, sind österreichweit zahlreiche Fortbildungsmaßnahmen vorhanden, die speziell auf das Thema Ernährungserziehung in Kindertageseinrichtungen eingehen. Maßnahmen (Seminare, Workshops, Webseiten, Broschüren, etc.) werden von zahlreichen Institutionen angeboten, wie z.B. von der AGES Akademie, der Volkshochschulen (VHS), der katholisch Pädagogischen Hochschulen (KPH), der Pädagogischen Hochschulen (PH), der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik, der MA38 und MA11, der ÖGE, des BMG und vielen mehr. In den nachstehenden Unterkapiteln werden einige wenige Weiterbildungsmöglichkeiten kurz beschrieben.

2.4.3.1. Ernährungsakademie

2005 wurde von der Stadt Wien in Zusammenarbeit mit dem Institut für Ernährungswissenschaften und der ÖGE die Fortbildungsinitiative „Akademie für Ernährung und Lebensmittelqualität“ für Pädagogen/-innen eingeführt. Die Akademie dauert ein Jahr, ist in 5 Module gegliedert und schließt mit einer Abschlussprüfung ab. Bei positivem Bestehen der Prüfung können dann noch weitere Aufbaumodule absolviert werden. Hauptsächlich werden die Themen Ernährung und Lebensmittel behandelt und wie folgt aufgeteilt:

- Modul 1: Von der Theorie zur Praxis
- Modul 2: Getränke und Getreide
- Modul 3: Obst und Gemüse
- Modul 4: Eiweiß- und Fettlieferanten
- Modul 5: Essalltag im Kindergarten und in der Schule

Qualifiziertes Personal vermitteln den Kursteilnehmern/-innen Basiswissen sowie pädagogisch-didaktische Methoden zur Themenaufbereitung im Kindergarten. Anhand von begleitenden Unterlagen und zahlreicher Literatur- und Webtipps können die Teilnehmer und Teilnehmerinnen auch später ihr Wissen erweitern bzw. auffrischen. Die Zielsetzungen sind vielschichtig. Zum einen wird versucht eine altersgerechte und ernährungsphysiologisch optimale Speisenqualität im Kindergarten zu gewährleisten

und zum anderen werden praktische Tipps gegeben warum und wie man den Kleinkindern die breitgefächerten Themen rund um Ernährung und Gesundheit näherbringen soll bzw. kann. [ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG. Die Akademie für Ernährung und Lebensmittelqualität. Internetquelle: <http://www.oeye.at/php/current/content.php?c=2104>]

Doch nicht nur in Wien findet die Initiative Anklang. In Kärnten wird seit 2008 die Ernährungsakademie vom Amt der Kärntner Landesregierung in Kooperation mit dem Verein „Kärntner Kinderbetreuung“ angeboten. Aber auch die Ämter der Oberösterreichischen und Niederösterreichischen Landesregierungen haben großes Interesse an der Fortbildungsinitiative gezeigt. [ELMADFA et al, 2009, Seite 359]

2.4.3.2. GIVE-Servicestelle für Gesundheitsbildung

Die GIVE-Servicestelle für Gesundheitsbildung wurde vom Unterrichtsministerium, dem Gesundheitsministerium und dem Österreichischen Jugendrotkreuz ins Leben gerufen. Neben Beratung und Informationen zu speziellen Themen, welche die Gesundheitsförderung betreffen, werden zusätzlich Materialien, Aufbereitungsmethoden, Medien und Veranstaltungshinweise für Pädagogen geboten. [ELMADFA et al, 2009, Seite 359-360]

Bei Interesse sind weitere Informationen der GIVE-Website (www.give.or.at) zu entnehmen. Der aktuelle GIVE-Veranstaltungskalender ist unter <http://give.or.at/index.php?id=45> abrufbar.

2.4.3.3. Workshops und Veranstaltungen

In diesem Kapitel werden einige Weiterbildungsmöglichkeiten in Form von Workshops und Veranstaltungen veranschaulicht. Die nachstehenden Workshops und Veranstaltungen sind nur ein kleiner Ausschnitt von den Angeboten. Zusätzlich wird pro Jahr von jedem Träger der Kindergärten ein internes Weiterbildungsheft zusammengestellt, welches den jeweiligen Pädagogen und Pädagoginnen zur Information zur Verfügung steht.

„Spaß und Erfolg mit Gemüse im (Kinder)Garten“

In diesem Seminar bekommen Kindergartenpädagogen und -pädagoginnen praktische und kindgerechte Tipps, wie man das Thema Umwelt und Natur in den pädagogischen Alltag integrieren kann. Z.B. wird veranschaulicht wie man Gemüsebeete im Garten der Kindertageseinrichtung gestalten und die Kinder für den Anbau, die Pflege und das Ernten motivieren kann. Außerdem werden Arbeitsanleitungen und Rezepte verteilt. [HOCHSCHULE FÜR AGRAR- UND UMWELTPÄDAGOGIK. Seminare 2012 für Kindergartenpädagoginnen. Internetquelle:

<http://www.agrarumweltpaedagogik.ac.at/cm2/index.php/kindergartenpaedagoginnen/seminare/490-d03-spass-und-erfolg-mit-gemuese-im-kinder-garten-fensterbank-terrasse-und-garten>]

Weitere umweltpädagogische Weiterbildungsseminare 2012 der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik Wien für Kindergartenpädagogen und Kindergartenpädagoginnen sind folgende:

- Für die Natur begeistern
- Einführung in die gartenpädagogische Arbeit
- Pflanzen, wie heißen sie?
- Boden kreativ und spielerisch
- Ernährung, die Klimachance?!
- Wildobstmanderl und Kräuterweiberl – Einführung in die Kräuter und Wildobstkunde
- Kreativ im Garten – Gestalten mit Naturmaterialien
- Naturerlebnisraum Garten – mit den Kindern gestalten

[HOCHSCHULE FÜR AGRAR- UND UMWELTPÄDAGOGIK. Seminare 2012 für Kindergartenpädagoginnen. Internetquelle: <http://www.agrarumweltpaedagogik.ac.at/cm2/index.php/kindergartenpaedagoginnen/seminare>]

„Gestaltung und Pflege von kindgerechten Gärten“

In dieser zweistündigen Übung wird den Kindergartenpädagogen/-pädagoginnen nähergebracht wie man einen kindgerechten Garten anlegt und zusammen mit den Kindern pflegt. Sowohl die Pflanzen- als auch die Tierwelt im Garten stellen einen vielfältigen Erlebnisraum für Kinder dar. Informiert wird über die richtige Pflanzenwahl für Naschinseln, die geeignete Auswahl von Pflanzen zur Beobachtung von Tieren, etc.

[VHS

BRIGITTENAU.

Internetquelle:

[http://www.vhs.at/kurskategorien.html?&no_cache=1&tx_vhskurse_pi2\[hkat\]=60&tx_vhskurse_pi2\[skat\]=3122&tx_vhskurse_pi2\[offset\]=60&tx_vhskurse_pi2\[no_cache\]=1&hkat=60&skat=3122](http://www.vhs.at/kurskategorien.html?&no_cache=1&tx_vhskurse_pi2[hkat]=60&tx_vhskurse_pi2[skat]=3122&tx_vhskurse_pi2[offset]=60&tx_vhskurse_pi2[no_cache]=1&hkat=60&skat=3122)

3. *Material und Methoden*

Durch die empirische Analyse der vorliegenden Interviews sollen neue Erkenntnisse gewonnen werden und Behauptungen bestätigt werden. Die Interviews wurden in den Monaten März bis Juli 2011 geführt. Die Auswertung der Daten wurden in den nachfolgenden Monaten (August bis Oktober 2011) unternommen. Abbildung 8 gibt den Forschungsprozess wider, nachdem die Masterarbeit erarbeitet wurde.

Abbildung 8: Lineares Modell des Forschungsprozesses [Eigene Darstellung nach FLICK, 2007, Seite 128]



Ausgangslage

Gerade für das Ernährungs- und Bewegungsbewusstsein ist die frühe Kindheit prägend. Das Gesundheitsverhalten, das in jungen Jahren entsteht, ist auf dem weiteren Lebensweg schwer wieder zu ändern. Neben der familiären Umgebung spielt bei der Entwicklung des Gesundheitsbewusstseins auch die Kinderbetreuungseinrichtung eine große Rolle. Dass Ernährungserziehung ein größeres Thema in den Einrichtungen sein sollte, sieht man an den aktuell steigenden Zahlen an übergewichtigen Kindern und mangelhaften Ernährungszuständen der heranwachsenden Kinder.

Einige, für diese Masterarbeit relevante Themenbereiche wurden im Literaturteil bereits besprochen. Doch gerade im Bereich der Ernährungserziehung im Kindergarten findet man in der vorhandenen, aktuellen Literatur nur sehr allgemeine Aussagen was dabei zu beachten ist. Über die Wünsche und Bedürfnisse der Kindergartenpädagogen und -pädagoginnen und der Teilnahmebereitschaft der Eltern und Kindern an Ernährungserziehungsprojekten, ist in der Literatur wenig zu finden.

Die empirische Forschungsuntersuchung zeigt einen möglichen Weg auf, um die Wünsche und Bedürfnisse der Erzieher und Erzieherinnen zu erfragen und Zusammenhänge zu überprüfen. Die Untersuchung wurde mit Kindergartenpädagoginnen, Leiterinnen und Assistentinnen von Wiener Kinderbetreuungseinrichtungen, in einem persönlichen Gespräch, durchgeführt. Die in der Analyse gewonnenen Erkenntnisse können auch auf vergleichbare Betreuungseinrichtungen angewendet werden.

Die Untersuchung soll Erkenntnisse liefern, ob dem Bereich Gesundheitsförderung und Ernährungserziehung eine größere Aufmerksamkeit im Kindergartenalltag und in den Lehrplänen der BAKIP geschenkt werden soll, bzw. welche Änderung nötig wären, um das Gesundheitsbewusstsein der Eltern, Kinder, Kindergartenpädagogen und -pädagoginnen zu fördern.

3.1. Forschungsfragen

Aufgrund der Ausgangslage (siehe Kapitel 3 und Theorieteil) soll durch Interviews mit Kindergartenpädagogen/-innen herausgefunden werden, ob es einen Bedarf hinsichtlich Ernährungserziehung im Kindergarten gibt, bzw. ob es schon ein Thema ist und wie es umgesetzt wird. Aus all den Gründen, die für eine frühe Förderung des Ernährungsbewusstseins sprechen, werden folgende Fragestellungen aufgestellt.

Hauptfrage: Besteht ein Bedarf hinsichtlich Ernährungserziehung im Kindergarten?

Unterfragen: Die Unterfragen wurden, gestützt an die Leitfragen, gebildet. Sie dienen dazu, die Hauptfrage zu beantworten. Die Annahmen sind aus der Theorie abgeleitet und sollten durch die Fragen bestätigt, bzw. widerlegt werden.

1. Ist Ernährungserziehung in den Kindergärten aktuell ein Thema?
2. Welche Schwierigkeiten gibt es in Kindergärten in Bezug auf Ernährungserziehung?
3. Gibt es Unterschiede im Vorgehen der Ernährungserziehung bei sozial-benachteiligten Kindern?

Annahme: Sozial-benachteiligte Kinder haben ein schlechteres Ernährungsverhalten durch den schlechteren Zugang zu Ernährungserziehung und gesunden Lebensmitteln. (näheres siehe Kapitel 2.2.2.1.)

4. Welche Ziele verfolgen Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen mit Ernährungserziehung im Kindergarten?
5. Ist Ernährung für die Kinder und deren Eltern ein Thema?

Annahme: Kinder sind an Ernährungserziehung sehr interessiert, jedoch muss es auch alters- und kindgerecht aufbereitet sein. (näheres siehe Kapitel 2.3.5.)

Annahme: Nur in Zusammenarbeit mit den Eltern ist Ernährungserziehung im Kindergarten sinnvoll. Eltern müssen für das Thema Ernährungserziehung und -bewusstsein gewonnen werden, denn nur mit ihrer Hilfe und gezielten Umsetzung kann

man den Kindern von klein auf gesunde Ernährung beibringen. (näheres siehe Kapitel 2.2.4. und 2.3.5.)

6. Woher erhalten Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen Anregungen und Ideen zum Thema Ernährungserziehung im Kindergarten?
7. Wie schätzen Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen ihr Wissen über Ernährungserziehung im Kindergarten ein?
8. Fühlen sich Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen durch ihre Grundausbildung ausreichend über Ernährung informiert?

Annahme: Kindergartenpädagogen und -pädagoginnen benötigen bessere Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten in Hinsicht auf Ernährungserziehung im Kindergarten. (näheres siehe Kapitel 2.4.2.2. und 2.4.3.)

9. Welchen Änderungsbedarf sehen die Erzieher und Erzieherinnen in ihren Einrichtungen?

Annahme: Mit einem höheren Budget könnten die Kindergärten gezielter diverse Maßnahmen für Gesundheit und somit Ernährung und Bewegung anbieten.

3.2. Forschungsdesign

Das Forschungsdesign beschreibt die Planung einer Untersuchung. Also wie die Datenerhebung, -aufbereitung und Datenauswertung gestaltet sein soll, damit die Fragestellungen der Analyse im Untersuchungszeitraum beantwortet werden können. [FLICK, 2007, Seite 172-173]

3.2.1. Qualitative Forschungsstrategie

„Der qualitative-verstehende Ansatz „versteht“ sich immer dahingehend, Gegenstände, Zusammenhänge und Prozesse nicht nur analysieren zu können, sondern sich in sie hineinzusetzen, sie nachzuerleben oder sie zumindest nacherlebend sich vorzustellen.“ [MAYRING, 2010, Seite 19]

In der aktuellen Untersuchung handelt es sich um eine Bedarfsforschung, welche über folgende vier Merkmale, die in Abbildung 9 veranschaulicht sind, verfügt. [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 65]

Abbildung 9: Merkmale der Bedarfsforschung auf die vorliegende Arbeit [Eigene Darstellung nach ATTESLANDER et al., 2003, Seite 65]



Die Bedarfsforschung hat zum Ziel, Handlungsanweisungen zu entwickeln. Entweder für politische Maßnahmen, für Marktentscheidungen, etc. oder wie in dem Fall der Masterarbeit, Handlungsanweisungen zu entwickeln für die Umsetzung von Ernährungserziehung im Kindergarten bzw. der Entwicklung von Ernährungsleitfäden für Erzieher und Erzieherinnen und der stärkeren Integration von Gesundheitsfördernden Unterrichtsfächern in den Lehrplänen der BAKIP. Ohne Grundlagenforschung wäre eine Bedarfsforschung undenkbar. Um allgemeine Erkenntnisse zu gewinnen, wurden deshalb im Literaturteil maßgebende Bereiche, die für die Analyse der Untersuchung von entscheidender Bedeutung sind, näher erläutert. [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 63]

„Qualitative Sozialforschung heißt, das theoretische Vorwissen offen zu legen, die einzelnen Forschungsschritte und -entscheidungen zu beschreiben sowie die Interpretation nachvollziehbar zu gestalten.“ [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 85]

3.2.2. Erhebungsmethode: problemzentriertes Leitfaden-Interview

Als Erhebungsmethode wurde das qualitativ, problemzentrierte Leitfaden-Interview ausgewählt. Dieses Verfahren ist besonders geeignet um etwas über den Gegenstand der Untersuchung, also die subjektiven Meinungen, Einstellungen, Bedürfnisse und Wünsche der Kindergartenpädagogen und -pädagoginnen, in Bezug auf den Themenbereich Ernährung und Ernährungserziehung, zu erfahren.

Der Unterschied zwischen der wissenschaftlichen von der alltäglichen Befragung ist der, dass die ganze wissenschaftliche Befragung einer theoriegeleiteten Kontrolle unterliegt. Denn zahlreiche Faktoren können die Befragung, bzw. die Antworten beeinflussen. Dazu gehören die gegenseitigen Erwartungen, die Wahrnehmungen, die Art der Interviewdurchführung (Telefonbefragung, von Face to Face, etc.) und die jeweilige Umgebung, in der das Interview geführt wird. [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 123]

Das offene Befragungskonzept

Das offene Konzept der Befragung ist in der qualitativen Forschung eine häufig verwendete Methode. Das Besondere an dieser Methode ist, dass anhand von Leitfragen Einzelpersonen mündlich befragt werden und frei über ihre Erlebnisse und Erfahrungen erzählen können. Anhand von Schlüsselfragen oder Eventualfragen kann der Interviewer in das Gespräch eingreifen und es in jene Richtung leiten, die für die wissenschaftliche Untersuchung nötig ist, bzw. gewisse Bereiche direkt ansprechen. Solche Eingriffe können aber auch zu Verzerrungen führen, weshalb der Interviewer vorab einer besonderen Schulung (Interviewtraining) unterzogen werden sollte. Prinzipiell gibt es sieben Punkte, die bei der offenen Leitfadenbefragung zu beachten sind: [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 153-157]

1. Problemabgrenzung
2. Abfolge der Fragen
3. Relevante Antwortkategorien
4. Reichweite der Antwortkategorien
5. Auffinden der richtigen Informanten

6. Sprachliche Besonderheiten
7. Hemmschwelle der Kommunikation [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 153-154]

Durch die Befragung der Interviewpartner werden Antworten hervorgerufen, die sich auf erlebte und erinnerte soziale Ereignisse beziehen und Meinungen und Charakteristika darstellen. [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 120]

Das problemzentrierte Interview

Das problemzentrierte Interview gehört dem offenen Konzept der Befragung an. Hierbei werden anhand eines Leitfadens (besteht aus Fragen und Erzählanreizen) Daten gewonnen, die auf ein bestimmtes Problem hin ausgelegt sind. Es ist durch drei Kriterien gekennzeichnet: der Problemzentrierung, der Gegenstandsorientierung und der Prozessorientierung. Das problemzentrierte Interview besteht generell aus einem Leitfaden mit Einstiegsfragen, problemzentrierten Fragen und Erzählanreizen, der Tonbandaufzeichnung, wobei das Einverständnis der Befragten zur Verwendung von Aufzeichnungsgeräten erforderlich ist und dem Interviewprotokoll, wo Probleme, Verhaltensweisen, Interviewverlauf etc. dokumentiert werden. [FLICK, 2007, Seite 210, 372-374]

3.2.3. Stichprobenauswahl und Beschreibung der Stichproben

Durch telefonische Nachfrage, in Kooperation mit verschiedenen Kindergartenprojekten des Institutes für Ernährungswissenschaften, wurde um die Bereitschaft zu einem persönlichen Gespräch gebeten.

Insgesamt wurden in 13 Kindergärten Interviews geführt. In jedem Kindergarten wurden 2 Personen (Leiterin, Pädagogin oder Assistentin) interviewt. In 3 Kindergärten fand das Gespräch mit beiden Interviewpersonen zusammen statt, da sie nur sehr wenig Zeit hatten. Deshalb sind auch nur 23 ID-Nummern vorhanden, anstatt der 26. Um die Bedarfsanalyse so objektiv wie möglich durchzuführen, wurden städtische Kindergärten und Privatkinderergärten in die Untersuchung miteinbezogen.

Die 13 Kindergärten unterscheiden sich durch die Institutionen von denen sie gefördert werden (siehe Kapitel 2.3.2.8.), die Größe der Einrichtung, die Anzahl der Kinder, durch die Betriebsführung (offener oder geschlossener Betrieb), die pädagogischen Prinzipien und auch durch deren Angebote.

Tabelle 16 gibt einen kleinen Überblick über die Größe der Kindergärten (Anzahl der Mitarbeiter und Kinder) und der jeweiligen Angebote. Die Gruppengrößen unterscheiden sich zwischen den verschiedenen Kindergärten nicht signifikant. Allerdings zeigen sich Unterschiede in der Anzahl der betreuenden Pädagogen/-innen und Assistenten/-innen.

Tabelle 16: Überblick der Kindergärten in Bezug auf Mitarbeiter- und Kinderanzahl und Angebote				
ID-Nr.	Kindergärten	Größe		Angebote
		Anzahl der Mitarbeiter	Anzahl der Kinder	
1 + 2	Städtischen Kindergarten	20 (10 A, 10 P)	80	1 x Krippe (15 K) 1 x Integrationskindergartengruppe (20 K) 1 x Kindergartengruppe (25 K) 1 x Integrationshortgruppe (20 K)
3 + 4	Städtischen Kindergarten	22 (10 A, 12 P)	165	1 x Krippe (15 K) 3 x GT-Kindergartengruppe (25 K) 1 x Familiengruppe (25 K) 1 x Hortkindergruppe (25 K) 1 x HT-Kindergartengruppe (25 K)
5 + 8	Privatkindergarten Alt-Wien	7 (3 A, 4 P)	72	1 x Familiengruppe (22 K) 2 x Kindergartengruppe (25 K)
6 + 7	Privatkindergarten Sonnenschein	12 (5 A, 5 P, 1 Köchin, 1 Putzfrau)	53	2 x Familiengruppe (15 K) 1 x Kindergartengruppe (23 K)
9	Vereinigung katholischer Kindertagesheime	10 (4 A, 6 P)	93	1 x Krippe (15 K) 3 x Kindergartengruppe (26 K)

10 + 11	Privatkindergarten Kinderfreunde	8 (3 A, 4 P, 1 AMN)	42	1 x Krippe (16 K) 1 x Familiengruppe (26 K)
12	Privatkindergarten Kinderglück	7 (4 A, 3 P)	41	1 x Krippe (15 K) 1 x Familiengruppe (26 K)
13 + 14	Privatkindergarten Alt-Wien	7 (3 A, 3 P, 1 NS)	56	1 x Krippe (15 K) 1 x Familiengruppe (16 K) 1 x Kindergartengruppe (25 K)
15 + 16	Privatkindergarten Alt-Wien	7 (2 A, 4 P, 1 NS)	65	1 x Krippe (15 K) 1 x Familiengruppe + Hort (25 K) 1 x Kindergartengruppe (25 K)
17 + 18	Privatkindergarten Kinderfreunde	10 (5 A, 3 P, 1 ZD, 1 HS)	63	1 x Krippe (15 K) 2 x Familiengruppe (24 K)
19 + 20	Vereinigung katholischer Kindertagesheime	13 (6 A, 3 P, 2 AMN, 2 HS)	95	2 x Krippen (25 K) 3 x Familiengruppen (15 K)
21	Privatkindergarten Alt-Wien	11 (4 A, 6 P, 1 NS)	90	2 x Krippe (15 K) 2 x Kindergartengruppen (25 K) 1 x Familiengruppe (25 K)
22 + 23	Vereinigung katholischer Kindertagesheime	18 (8 A, 10 P)	147	1 x Krippe (15 K) 4 x Familiengruppe (22 K) 2 x Kindergartengruppe (25 K)
ID-Nr. = Identifikationsnummer der Interviews P = Pädagogin (Leiterin wird immer zu den Pädagogen mitgezählt) A = Assistentin AMN = Assistentin mit Nachsicht (d.h. sie darf auch die Gruppenverantwortung ohne pädagogische Ausbildung übernehmen) NS = Nativspeakerin ZD = Zivildienstler HS = Hausfrau K = Kinder				

Teilweise werden die Einrichtungen als offener Betrieb geführt. Das bedeutet, dass sich die Kinder in den gesamten Räumlichkeiten frei bewegen dürfen und nach Lust und Laune malen, basteln und spielen, oder an den Angeboten teilnehmen können. Bei der

geschlossenen Betriebsführung sind die Kinder in einer fixen Gruppe, wo dann Angebote gemeinsam gestaltet werden.

Es gibt in keinem der Interview-Kindergärten ein führendes pädagogisches Prinzip, wie z. B. nur Montessori, tiergestützte Pädagogik oder nur Reggiopädagogik. Welches Konzept gerade durchgeführt wird ist meistens situations- und gruppenorientiert. Es ist eher eine Mischung aus verschiedensten Ansätzen, um so gut wie möglich den individuellen Bedürfnissen der Kinder gerecht zu werden und um ihre Stärken bzw. Schwächen gezielt fördern zu können. Sehr viel Wert wird auch auf den sozialen Umgang miteinander gelegt. Dass die Kinder lernen, dass sie Teil einer ganzen Gruppe sind und Verantwortung übernehmen sowie Konflikte selber lösen lernen. Sie sollen so in der Selbstständigkeit gefördert werden. Da in Wien der Anteil ausländischer Kinder sehr hoch ist, ist in den meisten Kindergärten auch die Sprachförderung ein wesentlicher Bestandteil im Kindergartenalltag. Auszeichnend für Wiener Kindertageseinrichtungen ist sicherlich auch die Vielfalt an Aktivitäten und Angeboten. Zusätzlich werden in allen Kindergartengruppen Jahres-, Monats- oder Wochenthemen gewählt, die ausführlich behandelt werden. So werden z.B. Themen wie „gesunde Ernährung“, „unsere Sinne“, „Berufe“, „Jahreszeiten“, „Kontinente und Kulturen“ etc., in unterschiedlichsten Ausführungen gestaltet. Die Kinder lernen so spielerisch den ganzen Tag, ohne dass sie die Sachen bewusst als lernen wahrnehmen. Aktivitäten im Kindergartenalltag sind z.B.

- malen und basteln zur Förderung der Kreativität, Kennenlernen von unterschiedlichen Materialien und Techniken
- singen und tanzen fördern das Körperbewusstsein, die Rhythmik und das Taktgefühl
- Ausflüge wie Museums- und Theaterbesuche, Ballettbesuche, Kino
- Naturbegegnungen (Waldtage) damit die Kinder bewusst die Natur kennen lernen, die Vielfalt an Pflanzen und Tieren und mit Naturmaterialien spielen können
- Minimath (mathematische Früherziehung)
- gesunde Ernährung und Bewegung im Park oder Garten zur Förderung eines optimalen Gesundheitsbewusstseins

- Aktivitäten im Jahreskreis (Erntedank, Advent, Weihnachten, Ostern, Laternenfest, Martinifest, Nikolaus etc.)

All diese Aktivitäten sind Bildungsbereichen, die im Bildungsplan angeführt sind (siehe Kapitel 2.3.3.). Jede Kinderbetreuungseinrichtung bietet zusätzlich zum Alltagsangebot weitere Angebote an, die je nach Lust der Kinder ausgewählt werden können. Dies sind z.B. Yoga, Sprachkurse, Reiten, Malkurse, kreatives Gestalten, Flöte, Gymnastik und Turnen, Schwimmkurse im Sommer, Eislaufkurse im Winter, logopädische Kurse, und vieles mehr.

3.2.4. Erhebungsinstrument: Leitfaden für die Befragung der Kindergartenpädagoginnen

Für die Befragung der Kindergartenpädagogen und Kindergartenpädagoginnen wurde die Methode des problemzentrierten, leitfadengestützten Interviews verwendet. Die Erstellung des Leitfadens erfolgte im Rahmen des EU-Projektes NUTGECS – A Nutrition Guide for Early Childhood Active Stakeholders (lifelong learning Leonardo da Vinci). [NUTGECS PROJECT WEBSITE: <http://www.nutgecs.eu/index.html>]

Der Hauptleitfaden wurde von Verena Bauer, Bsc. und Prof. Dr. Barbara Freytag-Leyer von der Hochschule Fulda (Fachbereich Oecotrophologie) erstellt.

Überarbeitet wurde der Leitfaden durch Ass-Prof. Dr. Petra Rust und Mag. Elisabeth Höld von der Universität Wien, Institut für Ernährungswissenschaften. Nach Durchführung eines Probeinterviews am Institut für Ernährungswissenschaften (Interviewerin Nadja Aigner, Interviewpartnerin Parisa Bayata, Zuhörerinnen Ass-Prof. Dr. Petra Rust und Mag. Elisabeth Höld), wurden einige Fragen nochmals überarbeitet bzw. neu formuliert. Der gesamte Leitfaden befindet sich auf der beigelegten CD-ROM. Insgesamt teilt sich der Leitfaden in 6 Bereiche (= Leitfragen) auf.

1. Leitfrage: Die erste Leitfrage dient als „Warm-up“ für den Interviewpartner. Er soll sich dadurch an die Situation gewöhnen, lockerer werden und dem freien Erzählen nähergeführt werden.

2. Leitfrage: Ziel dieser Fragestellung ist es, zu erfahren, ob Ernährung in den Kindergärten überhaupt ein Thema ist.
3. Leitfrage: Mit dieser Frage wurde versucht herauszufinden ob für Kinder und Eltern Ernährung ein Thema ist und ob sie bei Ernährungserziehungsprojekten mitmachen würden, bzw. was sie an einer Teilnahme hemmen könnte.
4. Leitfrage: Mit der Fragestellung „Wie schätzen sie den Ernährungszustand der Kinder ein?“ soll der Ernährungsstatus erfragt werden.
5. Leitfrage: Ziel dieser Frage ist es, zu ermitteln, ob in der Grundausbildung ausreichend über Ernährungserziehung gelehrt wird, bzw. ob der Lehrplan umstrukturiert werden sollte, in Hinblick auf mehr Ernährungsbildung.
6. Leitfrage: Die letzte Leitfrage dient als Abschlussfrage. Mit ihr versucht man Änderungsbedürfnisse und Änderungsvorschläge zu ermitteln

Ziel der Interviews ist eine Bedarfsanalyse hinsichtlich Ernährungserziehung im Kindergarten. Die Erzieher sollen zunächst aus ihrem Berufsalltag in Bezug auf Ernährung und Ernährungserziehung berichten. Anschließend sollen sie Wünsche und gegebenenfalls einen Veränderungsbedarf darlegen. Die Interview-Partner sollen mithilfe von Leit- bzw. Einstiegsfragen ganz frei erzählen und ihre eigenen Schwerpunkte zum Thema setzen. Diese Schwerpunkte werden dann mithilfe von spontanen Fragen exploriert.

Zum besseren Verständnis und zur thematischen Orientierung sind jeder Leitfrage zunächst die inhaltlichen Schwerpunkte der Leitfrage zugeordnet (Tabelle 17). Diese sind dann noch einmal als Unterfragen ausformuliert. Die Antworten auf die Leitfragen sollten inhaltlich die angegebenen Schwerpunkte abdecken. Bringt der Interview-Partner jedoch völlig andere (thematisch relevante) Aspekte mit ein, kann von den gesetzten Schwerpunkten abgewichen werden.

Tabelle 17: Überblick über die Leitfragen und deren Schwerpunkte

Leitfrage	Themenblock	Schwerpunkte
1	Erzählen Sie bitte etwas über Ihre Einrichtung?	Typischer Tagesablauf, Öffnungszeiten, pädagogische Prinzipien, Besonderheiten, Mitarbeiter, Gruppenaufteilung, -größe
2	Ist Ernährung bei Ihnen in der Einrichtung ein Thema?	Mahlzeitenangebot, Verantwortlichkeit, Regeln, Projekte, Ziele, Schwierigkeiten, Besonderheiten Zeit, Sozial-benachteiligte Kinder
3	Ist Ernährung für die Kinder/ die Eltern ein Thema?	Interesse der Kinder und Eltern, Projektteilnahme
4	Wie schätzen Sie den Ernährungsstatus der Kinder ein?	Mangelernährt (unter-/übergewichtig), Vitamine- und Nährstoffversorgung
5	Erhalten Sie irgendwo Ideen und Anregungen zum Thema Ernährungserziehung?	Wissen, Grundausbildung, Weiterbildung
6	Was gefällt Ihnen besonders gut an Ihrer Einrichtung?	Besonderheiten, Änderungsbedarf, Ideen zur Änderung

3.2.5. Durchführung der Befragung

Die Interviews wurden in den Monaten März bis Juli 2011, von Angesicht zu Angesicht (Face to Face) in den verschiedenen Räumen der Kindergärten durchgeführt. Dadurch, dass das Interview in einem, für den Interviewpartner bekannten Umfeld stattfindet, wird die Qualität des Interviews gesichert. [LAMNEK, 2005, Seite 388] Nach einer kurzen Einleitung des Interviewers wurde mit der Fragestellung der Themenbereiche des Interviewleitfadens begonnen. Um sich voll und ganz auf das Interview konzentrieren zu können, wurden die Gespräche, nach Einverständnis der Befragten, mit einem Aufnahmegerät aufgezeichnet (Programm Dictamus). Bei Stille (nachdenken zum Beispiel) wurde die Aufnahme automatisch angehalten und ist in der

Interviewdauer nicht miteinbezogen. Nebenbei wurden auf einem Leitfadenprotokoll Notizen über Auffälligkeiten, Besonderheiten, etc. gemacht. Die durchschnittliche Interviewdauer beträgt 25 Minuten. Die Dauer der Interviews ist sehr unterschiedlich und liegt zwischen 15 und 50 Minuten. Um die Anonymität der Probandinnen zu gewährleisten, wurde jedes Interview mit einer ID-Nummern versehen. In einer gesonderten Datei wurden die ID-Nummern mit dem jeweiligen Interviewdatum, der Interviewdauer, der Person, der Adresse des Kindergartens und des Interviewraumes aufgelistet.

3.2.6. Durchführung der Datenaufbereitung

Im Anschluss an die Interviews wurden die aufgenommenen Gespräche auf den Computer überspielt. Die Verarbeitung der gewonnen Daten erfolgte mittels schriftlicher Transkription durch die Autorin selbst. Insgesamt haben sich 307 Seiten Textmaterial ergeben. Die durchschnittliche Seitenanzahl pro Interview beträgt 13 ½ Seiten.

Jedes transkribierte Interview wurde in einem separaten Dokument abgespeichert. Auf der Titelseite wurden ID-Nummer Angabe zu Ort, Datum, Transkriptionsdatum, Kontaktaufnahme, usw. registriert. Sofort nach den jeweiligen Interviews wurden Eindrücke, Gesprächsverlauf, Rahmenbedingungen und Probleme erfasst und auf der Titelseite des jeweiligen Transkriptes vermerkt. Die Schriftstücke wurden nach den untenstehenden Notationsregeln transkribiert.

Notationsregeln

- Bei Sprecherinnenwechsel wurde in eine neue Zeile gewechselt. Außerdem wurde der Text des Interviewers kursiv gestaltet. Die Antworten des Interviewpartners wurden normal formatiert.
- Nach jeder Frage mit dazugehöriger Antwort wurde eine Leerzeile eingefügt, um die verschiedenen Fragen mit den Antworten ersichtlicher zu machen.
- Dialektfärbungen und Ausländerakzente wurden in die Hochsprache übertragen.
- „Äh“ (nachdenkend), „Mhm“ (zustimmend), „Mhhh“ (nachdenkend) und Ähnliches wurden, falls sinngemäß nicht unbedingt erforderlich, weggelassen.

- Aufgrund des besseren Leseflusses wurden Lautäußerungen der Interviewerin mit zustimmendem Charakter, wie zum Beispiel „Hmhm“ oder „Aha“, nicht mit transkribiert.
- Nicht verbale Äußerungen (lachen, stöhnen, husten etc.) und situationsgebundene Geräusche (Telefon läutet, Kinder singen etc.) werden in runder Klammer (), an der Stelle des Auftretens während des Interviews, im Transkript gekennzeichnet.
- Unvollständige Sätze wurden mit ... gekennzeichnet.
- Besonders betonte Wörter wurden unterstrichen. Beispiel: Das war, als ich den Kindergarten übernommen habe, das Jahresthema „Gesunde Ernährung“.
- Personennamen, Firmen, Gebäude usw. wurden durch xy-Name, xy-Firma, xy-Gebäude usw. anonymisiert
- In direkter Rede geäußert Aussagen des Interviewpartners, wurden durch Anführungszeichen gekennzeichnet. Beispiel: „Heute haben wir was gekocht, dass hast du noch nie gemacht. So was Gutes hast du noch nie bekommen.“
- Wenn eine dritte Person etwas hinzufügte, dann wurde dies in einer eckigen Klammer [...] vermerkt.
- I = Interviewerin
- IP = Interviewpartner (bei Anwesenheit mehrerer Personen, wurde dies mit IP + a oder b etc. protokolliert)

Nach jeder Verschriftlichung wurde das Dokument zudem nochmal kontrollgehört um Unklarheiten oder Fehler zu beseitigen. Die Zeilennummerierung ist notwendig, um in der späteren Analyse auf die jeweiligen Abschnitte verweisen zu können.

3.2.7. Auswertungsmethode: Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring

Die Datenauswertung wurde mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring gemacht. Zur Analyse wurden alle 23 Interviews (307 Seiten) herangezogen. In diesem Kapitel werden nun kurz die wichtigsten Aspekte der Analyse nach Mayring dargestellt.

Der Begriff Inhaltsanalyse kommt aus dem englischen „content analysis“ und stellt ein klassisches empirisches Datenerhebungsverfahren dar. Es ist vielschichtig einsetzbar,

z.B. zur Analyse von Texten, Bildern, Filmen etc. [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 215]

Ziel der Inhaltsanalyse ist es Kommunikationen zu analysieren und dabei systematisch, regelgeleitet und theoriegeleitet vorzugehen. Man verfolgt dabei Rückschlüsse auf bestimmte Kommunikationsaspekte zu erhalten. [MAYRING, 2010, Seite13]

Bei der qualitativen Inhaltsanalyse spielt sowohl die Erhebung, als auch die Auswertung eine entscheidende Rolle für die Qualität der Analyseergebnisse. Mayring hat ein Analyseverfahren entwickelt, dass sich speziell zur Strukturierung und Auswertung qualitativer Interviews eignet. [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 236]

Durch ein gezieltes systematisches Vorgehen und durch die Orientierung an vorab festgelegten Regeln, wird die Analyse systematisiert und überprüfbar gemacht. [MAYRING, 2010, Seite 48]

Sein Analyseverfahren besteht aus folgenden neun Schritten:

1. Im ersten Schritt wird das Material festgelegt (Auswahl der Interviewpassagen)
2. Der zweite Schritt beinhaltet die Analyse der Erhebungssituation (Zustandekommen der Gespräche, wer war an den Interviews beteiligt, wie ist der Leitfaden zustande gekommen etc.).
3. Im dritten Schritt wird das zu analysierende Material charakterisiert (Tonbandaufnahme, Protokoll, Aufbereitung durch Transkription).
4. Im vierten Schritt wird die Richtung der Analyse anhand von Analyseeinheiten festgelegt (Was möchte man herausinterpretieren, Festlegung der Fragestellung).
5. Der fünfte Schritt bezieht sich auf die theoriegeleitete Differenzierung der Fragestellung (Fragestellung muss vorab genau geklärt sein).
6. Im sechsten Schritt wird die Analysetechnik bestimmt. Mayring beschreibt dabei drei Grundformen des Interpretierens. [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 236-237] [FLICK, 2007, Seite 409-410]

Zusammenfassung: Ziel der Analyse ist es, das Material so zu reduzieren, dass die wesentlichen Inhalte erhalten bleiben, durch Abstraktion einen überschaubaren Corpus zu schaffen, der immer noch Abbild des Grundmaterials ist.

Explikation: Ziel der Analyse ist es, zu einzelnen fraglichen Textteilen (Begriffen, Sätzen,...) zusätzliches Material heranzutragen, das das Verständnis erweitert, das die Textstellen erläutert, erklärt, ausdeutet.

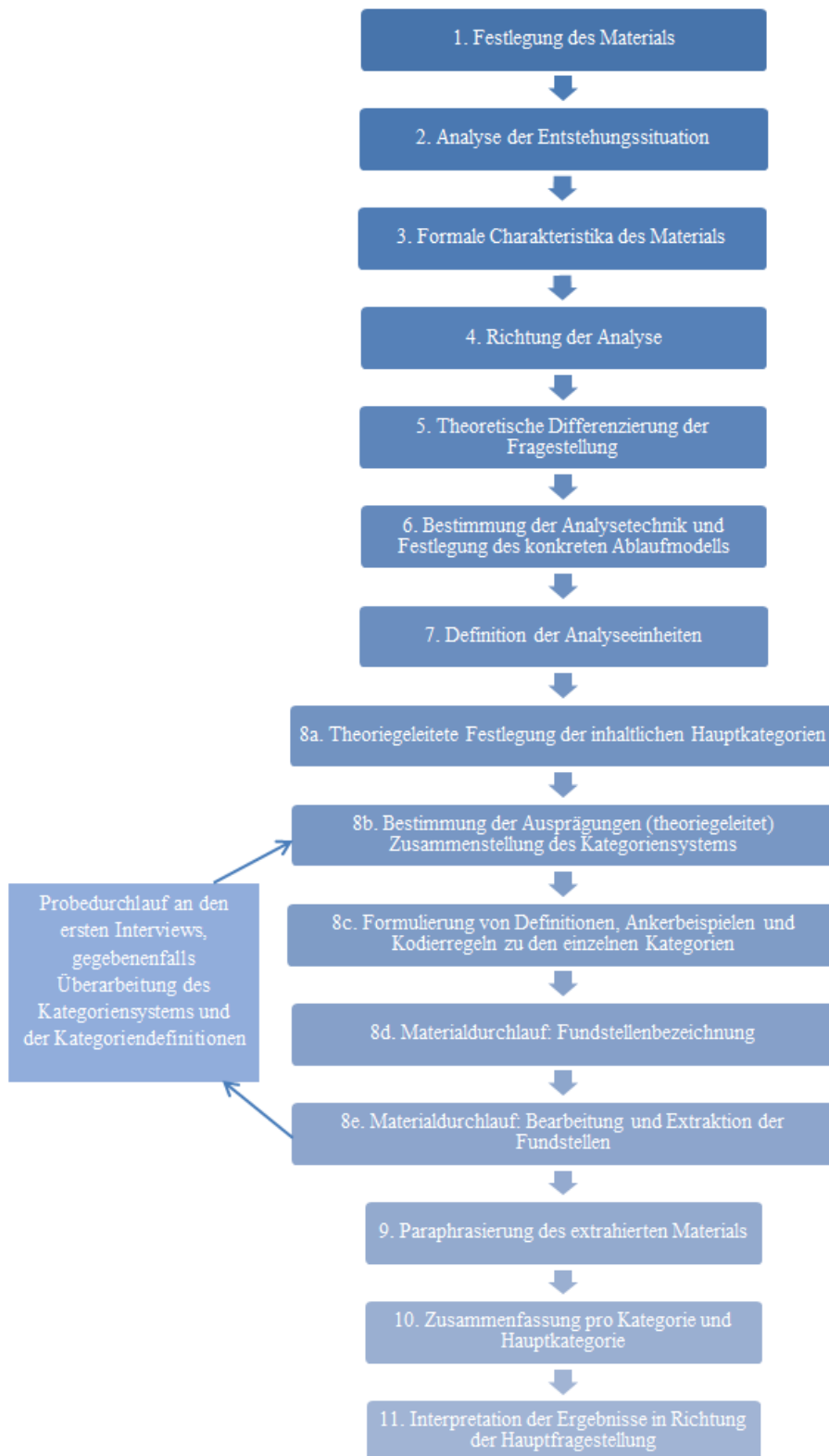
Strukturierung: Ziel der Analyse ist es, bestimmte Aspekte aus dem Material herauszufiltern, unter vorher festgelegten Ordnungskriterien einen Querschnitt durch das Material zu legen oder das Material aufgrund bestimmter Kriterien einzuschätzen. [MAYRING, 2010, Seite 65]

7. Schritt sieben definiert die Analyseeinheiten (Kategorien, Kodiereinheiten, markante Textteile und Merkmalsausprägungen).
8. In Schritt acht wird das Material, je nach Analysemethode, analysiert.
9. Der neunte Schritt beinhaltet die Interpretation der Ergebnisse in Bezug auf die Forschungsfrage.

Schritt 1-7 legen die Rahmenbedingungen der Auswertung fest, Schritt acht analysiert das Material je nach Analysemethode und im neunten Schritt wird das reduzierte Material interpretiert. [ATTESLANDER et al, 2003, Seite 236-237] [FLICK, 2007, Seite 409-410]

Abbildung 10 zeigt das Ablaufmodell der gewählten Analysemethode, der strukturierenden Inhaltsanalyse (inhaltliche Strukturierung). Die Schritte 1 bis 5 wurden in den vorherigen Kapiteln schon erarbeitet. Schritt 6 wird in diesem Kapitel kurz zusammengefasst dargestellt und Schritt 7 bis 11 folgen im Kapitel 3.3., da es dort um die Auswertung und Interpretation der Ergebnisse geht.

Abbildung 10: Ablaufmodell der qualitativen Inhaltsanalyse mit der Methode der inhaltlichen Strukturierung [Eigene Darstellung nach MAYRING, 2010, Seite 60, 93 und 99]



Die Ziele der strukturierenden Inhaltsanalyse (inhaltliche Strukturierung) sind, bestimmte Themen und Inhalte, mittels Kategoriensystemen, aus dem Untersuchungsmaterial herauszufiltern, zusammenzufassen und zu interpretieren. Die Kategorien (Dimensionen) müssen vorab aus den Fragestellungen abgeleitet sein und theoretisch begründet sein. Kategorien können auch weiter in Ausprägungen untergliedert werden, wenn dies erforderlich ist. [MAYRING, 2010, Seite 92] Dafür müssen zuvor aber erst Analyseeinheiten festgelegt werden. Die Kodiereinheit legt dabei den kleinsten Materialbestandteil fest, der ausgewertet werden darf. Die Kontexteinheit entspricht dem größten Textteil der zur Auswertung herangezogen werden darf und die Auswertungseinheit gibt an, welche Textteile nacheinander auszuwerten sind. [MAYRING, 2010, Seite 59]

Außerdem ist vor der Auswertung zu definieren, wann ein Aspekt unter die jeweilige Kategorie fällt. Dies geschieht wie folgend:

- *„Definition der Kategorien: Es wird genau definiert, welche Textbestandteile unter eine Kategorie fallen.*
- *Anführung von Ankerbeispiele: Es werden konkrete Textstellen angeführt, die unter eine Kategorie fallen und als Beispiele für diese Kategorie gelten sollen.*
- *Festlegung von Kodierregeln: Es werden dort, wo Abgrenzungsprobleme zwischen Kategorien bestehen, Regeln formuliert, um eindeutige Zuordnungen zu ermöglichen.“*[MAYRING, 2010, Seite 92]

Nach der Erstellung des Kategoriensystems wird das gesamte Material nach den Kategorien durchsucht und markiert (codiert). Danach folgt, falls nötig, eine Überarbeitung des Kategoriensystems und eine erneute Durcharbeitung des Materials. Nach erfolgter Bearbeitung und Markierung der Textstellen, wird das Material anhand von Paraphrasen extrahiert und zunächst in Unterkategorien und später pro Hauptkategorie zusammengefasst. [MAYRING, 2010, Seite 92 und 98]

Die Paraphrasierung erfolgt so, dass alle nicht inhaltstragenden Textbestandteile gestrichen werden, die inhaltlichen Textstellen auf eine einheitliche Sprachebene und in eine Kurzform gebracht werden. [MAYRING, 2010, Seite 70]

3.3. Datenauswertung, Darstellung und Interpretation der Ergebnisse

3.3.1. Erstellung und Definierung des Kategoriensystems

Am Anfang der Datenauswertung wurde, in Anlehnung an die Leitfragen und deren Schwerpunkte, ein grobes Kategoriensystem induktiv erschaffen. Als Kontexteinheit wurden die gesamten 307 Seiten Interviewmaterial verwendet. Eine Auswertungseinheit liegt dann vor, wenn die befragten Kindergartenpädagoginnen über Erfahrungen, Wünsche, Einstellungen etc. sprechen, die mit den Fragestellungen, bzw. den Schwerpunkten des Leitfadens zu tun haben. Die Kodiereinheit ergibt sich dann, wenn sich die geschilderten Aspekte als positiv oder negativ auf die jeweilige Kategorie beziehen.

Durch einen ersten Probedurchlauf, an den ersten fünf Interviews, wurde geprüft, ob das erstellte Kategoriensystem (Tabelle 18) samt den Definitionen und Ankerbeispiele überhaupt sinnvoll gewählt wurde und eine eindeutige Zuordnung möglich ist. Nach der ersten Überprüfung und Umstrukturierung wurde das zur Auswertung verwendete Kategoriensystem (6 Hauptkategorien) wie folgt aufgebaut.

Tabelle 18: Kategoriensystem	
<i>Hauptkategorie 1: Mahlzeitenangebot</i>	
Hierzu gehört alles, was mit der Mahlzeitengestaltung zusammenhängt. Sowohl das Frühstücksangebot, Mittagessen und die Nachmittagsjause. Jede Aussage über das Speisenangebot im Kindergarten, die Verantwortlichkeit für die Speisengestaltung, bzw. auch das Mitbestimmungsrecht falls die Zusammenstellung von einer Firma gemacht wird.	
<ul style="list-style-type: none"> Mahlzeitengestaltung: Jede Erwähnung der Gestaltung von Getränkeangebot, Speisenangebot, Besonderheiten der Mahlzeitengestaltung, Essen im Speiseraum oder in der Gruppe. <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Speisen <input type="checkbox"/> Getränke <input type="checkbox"/> Speiseraum Verantwortlichkeit für Speisengestaltung: Aussage, wer die Verantwortung für die Mahlzeitengestaltung hat, bzw. wenn dies eine Firma macht, ob man Mitspracherecht hat. <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Frühstück <input type="checkbox"/> Mittagessen <input type="checkbox"/> Nachmittagsjause 	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="font-size: 3em; margin-right: 10px;">}</div> <div> Jegliche Aussage darüber, ob das Frühstück, Mittagessen oder die Nachmittagsjause von zu Hause mitgebracht wurde, im Kindergarten selbst zubereitet wurde oder von einer Firma geliefert wurde. </div> </div>

Hauptkategorie 2: Ernährungserziehung

Hierzu gehört alles, was mit Ernährungserziehung im Kindergarten zu tun hat. Projekte, Regeln, Ziele der Ernährungserziehung, Schwierigkeiten, Besonderheiten, etc.

- **Schwierigkeiten:** Unter diese Kategorie fallen Aussagen über Schwierigkeiten in Bezug auf Ernährungserziehung, die im Kindergarten auftreten.
- **Bewegungserziehung:** Jegliche Aussage, die die Bewegung im Kindergartenalltag betrifft.
- **Unterschiede bei sozial-benachteiligten Kindern:** Jegliche Aussage, die auf einen Unterschied schließen lässt zwischen sozial schwächeren Schichten und Mittelschicht.
- **Ziele:** Alle Ziele, die mit Ernährungserziehung erreicht worden sind und erreicht werden wollen.
- **Projekte:** Externe und interne Projekte, Themen, die einen Bereich der Ernährungserziehung ansprechen. Zu den internen Projekten zählen z.B. Ausflüge auf den Markt, Kochen mit den Kindern zusammen, Kräutergarten, Geschmackskim, etc.
- **Regeln:** Jegliche Regeln, die mit Ernährungserziehung zu tun haben, auch Esskultur, Tischregeln, etc.
- **Zeitaufwand:** Jeder Zeitaufwand, der in die Ernährungserziehung fließt (zwischendurch, gezielte Projektdauer, etc.)
 - **zeitlicher Rahmen für Ernährungserziehung**
 - **Zeitaufwand nicht ausreichend**
 - **Zeitaufwand ausreichend**

Hauptkategorie 3: Ernährungserziehungsinteresse

Hierzu gehört jegliches Interesse der Kinder, aber auch der Eltern, an Ernährungsthemen, inklusive Teilnahmebereitschaft an Projekten bzw. Ablehnung einer Teilnahme und dessen Gründe.

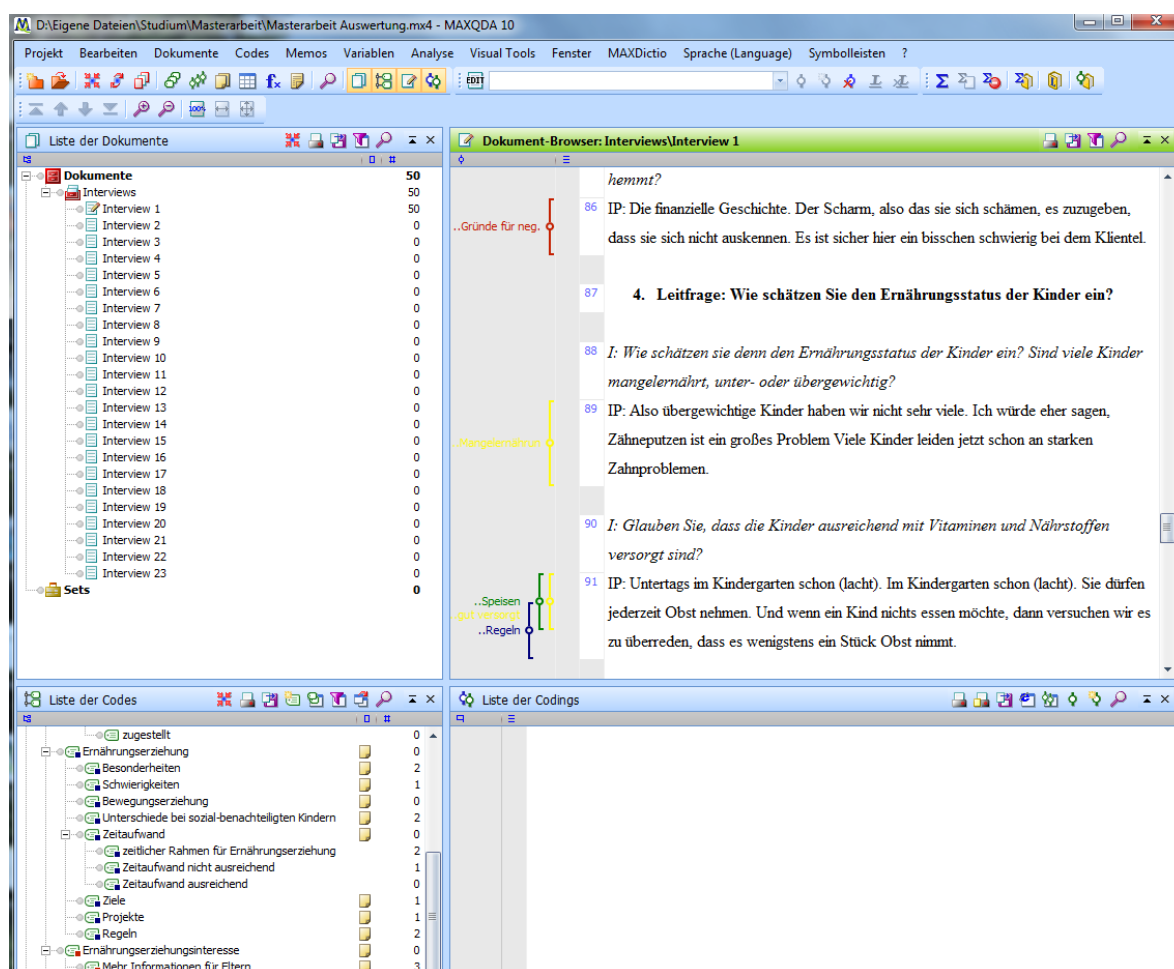
- **Eltern:** Jede Aussage über das Interesse der Eltern an Ernährungserziehung und der Teilnahmebereitschaft an Ernährungserziehungsprojekten .
 - **Interesse der Eltern**
 - **Gründe für negative Projektteilnahme**
 - **negative Teilnahmebereitschaft der Eltern**
 - **Positive Teilnahmebereitschaft der Eltern**
- **Kinder:** Jede Aussage über das Interesse der Eltern an Ernährungserziehung und der Teilnahmebereitschaft an Ernährungserziehungsprojekten .
 - **Interesse der Kinder**
 - **Gründe für negative Projektteilnahme**
 - **negative Teilnahmebereitschaft der Eltern**
 - **positive Teilnahmebereitschaft der Kinder**

<p><i>Hauptkategorie 4: Ernährungsstatus der Kinder</i></p> <p>Alle Angaben bezüglich Mangelernährung, Untergewicht, Übergewicht, Nährstoff- und Vitaminversorgung etc., fallen unter diese Kategorie.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Nährstoff- und Vitaminversorgung: Angaben einer positiven oder negativen Nährstoff- und Vitaminversorgung. • Mangelernährung: Jede Erwähnung von übergewichtigen oder untergewichtigen Kindern.
<p><i>Hauptkategorie 5: Wissensaneignung</i></p> <p>Jeglicher Weg der Wissensvermehrung über Ernährungserziehung von Kindern, fällt unter diese Kategorie.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Grundausbildung: Jegliche Andeutung, dass in der Grundausbildung was über Ernährungserziehung gemacht wurde, oder auch nicht. <ul style="list-style-type: none"> ○ Ernährungserziehung war Thema (ausreichend bzw. nicht ausreichend) ○ Ernährungserziehung war kein Thema • Einschätzung des Wissensstandes: Jede Aussage, die auf das eigene Wissen über Ernährungserziehung schließen lässt. • Weiterbildungen zur Gesundheitsförderung: Jede Weiterbildung (Seminar, Workshop etc.) zum Thema Gesundheitsförderung von Kindern <ul style="list-style-type: none"> ○ allgemein ○ Ernährungsbildung ○ Wissen durch Weiterbildung verbessert ○ Weiterbildungswünsche • Selbstinitiative: Wissensvermehrung durch Selbstinitiative - Bücher, Internet, Medien, Fernsehen, Austausch mit Freunden, Kollegen, etc.
<p><i>Hauptkategorie 6: Änderungswünsche</i></p> <p>Jegliche Änderungsvorschläge, jeglicher Änderungsbedarf der die Ernährungserziehung im Kindergarten betrifft. Auch jeden Veränderungsvorschlag der die Grundausbildung betrifft.</p>

Die Markierung der Kategorien und Unterkategorien in den 307 Seiten Datenmaterial, wurde mit Hilfe des Computerprogrammes MAXQDA¹⁰ gemacht. Dieses ist nach dem Computerprogramm ATLAS/ti, das zweite häufig eingesetzte Programm zur qualitativen Datenanalyse. Es wurde an der FU Berlin entwickelt und hat neben zahlreichen qualitativen Auswertungsschritten auch quantitative Schritte implementiert. [MAYRING, 2010, Seite 112-113]

MAXQDA¹⁰ stellt vier Arbeitsfelder zur Verfügung, in denen die transkribierten Interviews verwaltet werden können, Kategoriensysteme entwickelt werden können, der Text bearbeitet werden kann und nach Codesegmenten (Kategoriensegmenten) recherchiert werden kann. Außerdem ist eine farbliche Gestaltung der Codes möglich, was die Analyse viel übersichtlicher macht. Auch Memos können direkt bei der Kategorienzuordnung eingefügt werden. Memos sind eine Art Post-it-Zettel in diesem Programm, wo eigene Ideen und Anmerkungen während der Kodierung eingefügt werden können. Nähere Informationen über das verwendete Programm können der Homepage www.maxqda.de entnommen werden. Der nachstehende Screenshot (Abbildung 11) stellt einen Ausschnitt der Textfenster dar.

Abbildung 11: Screenshot der vier Textfelder in MAXQDA¹⁰



Beschreibung des Screenshots:

- links oben: Auflistung der Dokumente
- rechts oben: Dokumenten-Browser. Hier ist das jeweilige transkribierte Interview drin, das gerade codiert wird.
- links unten: Liste der Codes. Auflistung des Kategoriensystems.
- rechts unten: Liste der Codings. Das ist ein Resultatfenster, wo ausgewählte, codierte Textsegmente angezeigt werden können.

Nach der Kodierung der gesamten Interviews laut Kategoriensystem, wurde jede Unterkategorie und später Hauptkategorie separat paraphrasiert, zusammengefasst und mit der Theorie verglichen.

In den Kapiteln 4.1. bis 4.6. werden die Ergebnisse und Interpretationen der qualitativen Inhaltsanalyse nach dem Kategoriensystem dargestellt. Um möglichst nahgetreu den Untersuchungsgegenstand zu vermitteln, werden wie von Mayring empfohlen, konkrete Meinungsäußerungen der Kindergartenpädagoginnen in die Ergebnisdarstellung eingebracht. Die Ausschnitte werden, je nach Fundstellen, mit der ID-Nummer und der jeweiligen Zeilennummer bezeichnet. Da nur weibliche Personen befragt wurden, wird nur noch die Bezeichnung „Kindergartenpädagogin“ angeführt. Als methodische Ergänzung wird zudem das quantitative Element der Nennungshäufigkeiten (Frequenzanalyse) einbezogen, wo die Häufigkeiten bestimmter Nennungsmerkmale aufgelistet werden. Dies erleichtert die Gewichtung der Antworten die kommuniziert wurden.

4. Ergebnisse und Diskussion

4.1. Mahlzeitenangebot im Kindergarten

4.1.1. Verantwortlichkeit für die Speisengestaltung

Jene Personen die für die Speisengestaltung verantwortlich sind, haben eine große Verantwortung zu tragen und müssen mehrere Aspekte berücksichtigen. Da es immer mehr multikulturell gemischte Kindertagesstätten gibt, müssen auch die verschiedenen Religionen und deren Lebensmittelverbote, z.B. Schweinefleisch bei Moslimen etc., berücksichtigt werden. Immer mehr Kinder leiden auch an Allergien, was zusätzlich bedacht werden muss. Und natürlich sollte auch der ernährungsphysiologische Aspekt nicht vergessen werden. Die Speisen sollten ausgewogen, gesund sein und den Kleinen natürlich auch schmecken.

In allen untersuchten Kindergärten werden ein Frühstück, das Mittagessen und eine Nachmittagsjause angeboten. Ob die Speisen von zu Hause mitgenommen, im Kindergarten selbst zubereitet oder von einer Cateringfirma zugeliefert werden, hängt von der Mahlzeit ab und auch vom Kindergarten selbst. Dies wird in Wien ganz unterschiedlich gehandhabt. Tabelle 19 gibt einen Überblick über die verschiedenen Mahlzeiten.

Tabelle 19: Mahlzeiten im Kindergarten			
Mahlzeiten	selbst gekocht	von zu Hause	zugestellt
Frühstück	5	6	2
Mittagessen	4	-	9
Nachmittagsjause	5	5	3

Das Mittagessen wird in den meisten Kindergärten von einer Cateringfirma, bzw. einer Küche die alle Kindergärten dieses Förderers beliefert, zugestellt. Manche Kindergärten haben aber auch eine eigene Küche im Haus, wo das Mittagessen zubereitet wird. Bei den beiden anderen Mahlzeiten ist es meistens so, dass wenn das Frühstück von zu

Hause mitgebracht wird, auch die Nachmittagsjause von zu Hause mitgenommen werden muss und wenn es im Kindergarten gekocht wird, dann wird meist auch die Nachmittagsjause in der Kindergartenküche zubereitet.

Wenn die Mahlzeiten von einer Firma zugeliefert werden, dann wird 3 bis 6 Wochen im Vorhinein ein Speiseplan mit je 3 bis 5 Auswahlmenüs pro Tag, von der Firma ausgesandt, von dem die Leiterinnen alleine oder gemeinsam mit Pädagoginnen ein Menü zusammenstellen können. Wird das Essen in der eigenen Küche gekocht, dann stellt der jeweilige Koch oder die jeweilige Köchin, zusammen mit dem Personal, den Menüplan zusammen. In nur 2 Kindergärten sind dafür Betreuerinnen verantwortlich, die sich im Bereich „kindgerechte Ernährung“ weitergebildet haben.

„Also, wir besprechen das meistens alle zusammen, also die Pädagogen, und suchen dann die Speisen von der Firma aus. Es sind aber nicht nur gesunde Sachen. Den Kindern soll es ja auch schmecken.“ (ID2, Zeile 72-76)

„Also den Speiseplan, den bekommen wir immer zugeschickt. Da haben wir die Möglichkeit aus 5 verschiedenen Menüs, also vegetarisch oder schweinefleischlos oder Vitalmenü oder so, auszuwählen. Das macht dann eine Kollegin die auch Ernährungswissenschaften studiert. Die stellt dann den Speiseplan zusammen.“ (ID17, Zeile 111-115)

In weiteren 2 Kindergärten wurde eine Ernährungsberaterin, in die Speisengestaltung miteinbezogen.

„Ja, wir haben das mit einer Ernährungsberaterin gemacht, den Speiseplan. Weil wir sehr lange eigentlich herumexperimentiert haben. Und bei der Erstellung des Speiseplans sind wir drauf gekommen, dass jeder von uns eine andere Form des Essens, eine andere Erziehung was das Essen betrifft hat. Die eine sagt „Man soll Hausmannskost kochen. Aber die Kinder sollen halt nur wenig davon essen, damit sie nicht dick werden“, die nächste sagt „Dann kochen wir lieber gesünder, weil da können die Kinder dann ein bisschen mehr essen, damit der Magen gefüllt ist“. Also da haben wir sehr lange herumgetan und haben uns dann eine Ernährungsberaterin an die Seite geholt. Die hat mit uns dann den Speiseplan entworfen“. (ID6, Zeile 106-115)

Besonders wichtig ist den Firmen und Kindergartenküchen das Feedback über die Speisen. Wenn eine Mahlzeit z.B. nicht gut bei den Kindern ankommt, oder wenn etwas besonders gut geschmeckt hat, dann kann das dem Caterer, bzw. der Küche, immer mitgeteilt werden.

„Aber wir haben da auch Mitspracherecht. Da sind wir im E-Mail Verkehr mit der Küche. Die Küche bekommt von uns immer Rückmeldung. Also „Das hat den Kindern ganz gut geschmeckt, aber das wollen sie überhaupt nicht“. Weil es ist ja sinnlos, wenn die kochen und es ist noch so gut und dann essen sie es nicht.“ (ID14, Zeile 208-212)

„[...]das ist auch recht interessant, dass wenn es unser Kindergarten das zum Beispiel nicht gerne isst, dann essen es andere sehr wohl sehr gerne. Sie warten dann auch immer auf unser Feedback wie unsere Kinder es aufgenommen haben. Es gibt auch immer wieder neue Speisen wo sie auch sagen, dass es interessant wäre wenn wir mal etwas vorschlagen würden. Und sie warten halt auf ein Feedback wie es angenommen wird, aber die Küche hat es natürlich auch nicht einfach. Ich glaube auch das es regionsabhängig ist, bzw. kulturabhängig.“ (ID15, Zeile 175-183)

In der Kategorie „Verantwortlichkeit für die Speisengestaltung“ wird deutlich, dass es nicht ausreicht, nur die Kinder und Kindergartenpädagoginnen in die Ernährungserziehung miteinzubeziehen. Viele verschiedene Ebenen sind für die gesunde und ausgewogene Mahlzeitengestaltung verantwortlich. Sowohl die Gemeinschaftsverpflegungsbetriebe und Eltern, als auch die Pädagoginnen und Kindergartenköche/-köchinnen müssen auf eine altersgerechte, ernährungsphysiologisch optimale Speisenzusammensetzung achten und diesbezüglich geschult werden.

4.1.2. Mahlzeitengestaltung

Laut dem österreichischen Ernährungsbericht 2003 werden in der Altersgruppe der 3 bis 6-jährigen zu viel Proteine, Zucker und gesättigte FS aufgenommen. Ballaststoffreiche Lebensmittel, Fisch, Gemüse und Obst werden dagegen zu wenig oft verzehrt. [ELMADFA et al, 2003, Seite 11-27]

Eine gesunde Kinderernährung sollte der Optimierten Mischkost folgen und ausreichend Energie liefern, jedoch nicht zu viel, sollte die Nährstoffversorgung und

Vitaminversorgung sicherstellen und so ein optimales Wachstum und eine altersgemäße Entwicklung der Heranwachsenden fördern. [ALEXY et al., 2009]

Im Großen und Ganzen sind die Menüs in den interviewten Wiener Kindergärten sehr abwechslungsreich und ausgewogen gestaltet und werden jeden Tag frisch zubereitet. Für eine genauere Analyse müssten jedoch die Speisekomponenten genauer untersucht werden. Die Speisenpalette beinhaltet von vegetarischen Speisen, Fischgerichten, Süßspeisen, Vitalmenüs, bis hin zu schweinefleischfreie Mahlzeiten, für z.B. moslemische Kinder, alles.

„Das heißt, wir haben geschaut, dass konkret überall genug Eiweiß, Kohlenhydrate und Gemüse dabei sind. Dass das Verhältnis stimmt. Wir haben auch geschaut, dass auch die Menge von Wurst und Fleisch in der Woche und auch am Tag stimmt. Dass es jetzt nicht am Vormittag Wurst gibt und zu Mittag noch einmal Fleisch. Dass das alles aufgeteilt ist. Wir haben sehr viel Fleisch gestrichen und durch Fisch ersetzt, am Speiseplan. Auch geschaut, dass weißes Gebäck ersetzt wird. Also wir machen jetzt viel mit Roggenbrot, Vollkornbrot. Und das geht eben alles nur langsam, damit es die Kinder auch annehmen. (ID6, Zeile 115-124)

„Wir versuchen eigentlich immer, wenn wir den Speiseplan erstellen, dass es eine ausgewogene Ernährung gibt. Dass täglich, sowohl beim Gabelfrühstück als auch bei der Jause, entweder Obst oder Gemüse angeboten wird, oder beides. Wir schauen drauf, dass es vom Mittagessen her, einmal in der Woche Fisch gibt, einmal in der Woche vegetarisch gekocht wird und einmal in der Woche eine Süßspeise. Und dann schauen wir auch bei der Jause drauf, dass es auch schon vom Gebäck her eine Mischung aus Weißmehl und halt Roggenmehl ist, oder Vollkorn. Halt so Körndlweckerl oder so sind halt auch dabei. Es gibt nicht nur Semmeln, sondern auch dunkles Brot und Gebäck und wir schauen auch auf den Belag. Also es gibt höchstens ein- bis zweimal Wurst. In Art von Streichwurst oder eben einen Schinken. Dann gibt es Käse. Also Scheibenkäse oder auch Streichkäse. Aber es gibt auch ab und zu einmal eine Marmelade mit Butter. Also wir schauen eigentlich schon, dass es sehr abwechslungsreich ist. Es gibt auch manchmal ein Müsli oder diese Reiskekse oder Joghurt. Wir schauen da schon, dass eine Abwechslung in den Speiseplan rein kommt.“ (ID10, Zeile 131-147)

In den meisten Kindertageseinrichtungen stehen mindestens einmal die Woche ein vegetarisches Menü, ein Fischgericht und eine Süßspeise am Plan. Betont wird auch, dass auf gesunde Ernährung sehr geachtet wird und Obst und Gemüse jeden Tag am Speiseplan steht.

„Also, es gibt sehr viel Obst. Da steht ständig etwas am Tisch. Gemüse haben wir sehr oft. Das finde ich sehr super! Wirklich konzentriert auf gesunde Ernährung.“ (ID2, Zeile 90-92)

Allgemein wird Obst meistens zum Frühstück oder zur Nachmittagsjause ausgeteilt. Gemüse gibt es häufig zum Mittagessen, aber auch zur Nachmittagsjause. Beachtenswert ist, dass in einigen Kindergärten immer wieder verschiedene Obst- und Gemüsesorten, die gerade Saison haben, angeboten werden. Denn nur so lernen Kinder die Vielfalt an Lebensmitteln und die unterschiedlichsten Geschmäcker kennen.

„Und wir bestellen auch sehr viel unterschiedlichstes Obst und Gemüse. Also es ist jetzt nicht so, dass es immer den obligatorischen Apfel und Banane gibt, sondern es kommen dann auch, wenn Saison ist, Nektarinen, Zwetschken oder Melonen, Ananas zum Beispiel dazu. Dass sie eben die Vielfalt kennen lernen. Oder vom Gemüse her. Es gibt Karotten, Kohlrabi, Paprika, Gurken, Tomaten. Also wir schauen, dass wir den Kindern auch immer wieder mal was Neues bieten und das sie davon auch probieren können. Eben um zu schauen „Okay, das ist nicht so meines“ oder „Das schmeckt aber ganz gut“. (ID10, Zeile 167-175)

Geachtet wird auch darauf, dass nicht zu viele Sachen in Öl herausgebacken werden. Fisch wird Natur serviert, Kartoffeln werden nicht zu Pommes verarbeitet, sondern als Salzkartoffeln oder Petersielkartoffeln angeboten. Desserts werden nur sehr selten angeboten und wenn, dann in Form von Joghurt mit Früchten oder Fruchtmus.

Da auch immer mehr Kinder Unverträglichkeiten gegen bestimmte Lebensmittel aufweisen, werden auch speziell für diese Fälle eigene Speisen gekocht, bzw. bestellt.

„Also wenn wer Allergien oder so hat, dann bekommt der auch laktosefreie Sachen oder zum Beispiel kein Weizenmehl oder so. Darauf wird schon geachtet. Also wirklich wenn

jemand eine Allergie hat, dass die wirklich was anderes zu essen bekommen.“ (ID20, Zeile 93-96)

„Weil manche Kinder sind doch allergisch gegen Äpfel zum Beispiel. Bei der Anmeldung steht dann auch dabei gegen was sie allergisch sind. Aber das kann sich ja auch ändern und man weiß es nicht genau.“ (ID5, Zeile 311-314)

Tabelle 20 gibt einen Überblick über die wichtigsten Aussagen, die mit einer gesunden Ernährung zusammenhängen. In Kapitel 2.3.2.2. wurde das Thema „Ernährung im Kindergarten“ theoriegeleitet schon näher behandelt.

Tabelle 20: Mahlzeitengestaltung	
Nennungen	N*
• Obst und Gemüse gibt es jeden Tag	18
• auf gesunde, kindgerechte Ernährung wird geachtet	14
• abwechslungsreiche, vielfältige Mahlzeiten	11
• es gibt Vollkornsachen, Roggenbrot und so Körndlweckerl etc.	10
• einmal die Woche gibt es Fisch	10
• es werden teilweise auch biologische Lebensmitteln verwendet	9
• ausgewogene Speisenplangestaltung	6
N* = Nennungshäufigkeit	

Laut Aussagen der Pädagoginnen steht in den Kindergärten einer kindgerechten Ernährung nichts im Wege. Alle wichtigen Ansätze, die berücksichtigt werden sollten, werden beachtet. Um leistungsfähig zu bleiben und die Entwicklung der Kindergartenkinder zu fördern ist, neben einer ausgewogenen Ernährung, auch die Flüssigkeitsaufnahme nicht außer Acht zu lassen. Zur Deckung des Flüssigkeitshaushalt ist eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme sehr wichtig. Kinder sollten über den Tag verteilt ausreichend Flüssigkeit zu sich nehmen, vorwiegend in Form von Wasser oder ungesüßten Tees. Dies ist in allen Kindergärten der Fall. Wasser steht den Kindern jederzeit zur Verfügung. Verdünnte Säfte oder naturtrübe Säfte gibt es meist zum Mittagessen oder zu Geburtstagen und Festen. Zum Frühstück gibt es neben Wasser meist auch noch einen ungesüßten oder wenig gesüßten Fruchtetee. Ab und zu gibt es einen Kakao. Aber das ist nur sehr selten der Fall.

„Also es ist so, dass zum Gabelfrühstück und zur Jause es die Wahlmöglichkeit zwischen Tee und Wasser gibt. Den ganzen Tag über steht den Kindern Wasser zur Verfügung und zum Mittagessen gibt es einen Saft, verdünnt.“ (ID10, Zeile 151-154)

„Das hat sich halt auch in der letzten Zeit herauskristallisiert, dass ich immer nur noch Wasser anbiete. Bei uns gibt es sonst eigentlich gar nichts anderes, außer bei Geburtstagen und Festen, da gibt es dann auch Säfte, aber sonst nur Wasser. Und die Kinder akzeptieren das auch. Es fragt auch niemand danach.“ (ID19, Zeile 135-139)

4.1.3. Räumlichkeiten für das Essen

Faktoren die bei der Organisation der Mahlzeitengestaltung beachtet werden müssen, sind auch die strukturellen Gegebenheiten in den Kindergärten, die von der Anzahl der Kinder, den Räumlichkeiten und vom pädagogischen Konzept abhängig sind. Je nach Kindergarten müssen diese Gegebenheiten beachtet werden, da sie die Essatmosphäre beeinflussen. Nur in einer positiven Essatmosphäre können Kinder in Ruhe und ohne Stress ihre Mahlzeiten genießen. [DGE, 2009, Seite 8-10]

Von den insgesamt 23 Interviewten gaben 16 Kindergartenpädagoginnen an, immer im Gruppenraum zu essen. Eine Betreuerin sagte, dass der Kindergarten über einen eigenen Speiseraum verfügt, wo alle Kinder alle Mahlzeiten einnehmen. 6 Pädagoginnen erklärten, dass es bei ihnen in der Einrichtung so ist, dass im Speiseraum nicht für alle Kinder Platz ist und deshalb auch einige in den Gruppenräumen essen müssen. Meist sind es auch die Krippenkinder, die ihre Mahlzeiten in der Gruppe einnehmen, denn die brauchen besonders viel Aufmerksamkeit und Zuwendung.

„Außer die Krippenkinder. Die sollen in ihrem Bereich und mit Ruhe essen. Und die Pädagoginnen und Assistentinnen können ihnen dann zeigen wie man isst. Einfach beim Essen unterstützen.“ (ID1, Zeile 101-103)

Ist die Gesamtkinderzahl zu groß, wird es in einem gemeinsamen Speiseraum zu hektisch und zu laut. Dann ist sicherlich das gemeinsame Essen in der Gruppe im Gruppenraum sinnvoller. Denn nur so kann eine ruhige Umgebung geschaffen werden und die Betreuung entsprechend stattfinden. Das Essen findet so in einer ruhigen

Atmosphäre statt, in dem jedes Kind seinen eigenen Platz und das entsprechende kindgerechte Mobiliar hat.

In Kapitel 2.3.4.3. wurde schon erwähnt, dass auch die Räumlichkeit und die Rahmenbedingungen wichtige Faktoren sind, um ein optimales Ernährungsverhalten und Ernährungsbewusstsein zu entwickeln. Auch die Mahlzeitenbetreuung durch Kindergartenpädagoginnen, deren Vorbildfunktion und auch die Essenszeiten sind Faktoren die beachtet werden sollten. [DGE, 2009, Seite 8-10]

4.1.4. Zusammenfassung der Kategorie Mahlzeitengestaltung/ -angebot

Wie in Kapitel 2.3.4.4. schon erwähnt wurde, nehmen von den rund 81.236 Kindern, die in Wiener Einrichtungen betreut werden, 68.069 Kinder (83,8 %) ihr Mittagessen in der Kindertagesstätte ein. [STATISTIK AUSTRIA, 2011]

Vor allem in Wien werden auch viele Kinder ganztags betreut und nehmen so meist 2 bis 3 Mahlzeiten in der Einrichtung ein. Um den Kleinen eine optimale Entwicklung und Leistungsfähigkeit zu gewährleisten, wird beim Frühstück, Mittagessen und bei der Nachmittagsjause, in den vorliegenden Untersuchungskindergärten, auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung geachtet. Es werden weniger Fleischgerichte und Süßspeisen angeboten, dafür aber mehr Fischgerichte, Gemüse und Obst. Außerdem werden mehr ballaststoffreiche Lebensmittel, in Form von Kornweckerl, Vollkorn- und Roggenbrot, Vollkornnudel etc. zum Verzehr zur Verfügung gestellt.

Auch bei der Getränkeauswahl sind sie vorbildhaft. Wie viel ein Kind essen sollte, welche Portionen verteilt werden sollten und wie oft nachgeholt werden darf, wird zwischen den Kindergärten und auch Kolleginnen sehr unterschiedlich gehandhabt. Würde jeder Kindergarten eine Ernährungsberaterin zur Seite gestellt bekommen, die bei der Umsetzung einer ausgewogenen Kindergartenernährung unterstützt, wäre dies ein erster Schritt um in allen Wiener Kindergärten die gleichen Voraussetzungen für eine qualitative Ernährungserziehung zu gewährleisten. Speziell die laufende Betreuung durch Spezialisten wäre sehr wichtig, um auftretende Fragen bzw. Schwierigkeiten schnell beseitigen zu können.

4.2. Ernährungserziehung

Warum ist der Kindergarten so ein wichtiges Setting zur Prävention und Gesundheitsförderung? In der frühen Kindheit entwickelt sich der Körperbau der Kleinkinder, es werden Ernährungsverhalten und Geschmacksvorlieben für das weitere Leben geprägt, die dann nicht mehr so leicht zu ändern sind. Außerdem nehmen Übergewicht und gesundheitliche Belastungen bei Kindern stetig zu. Genau aus diesen Gründen muss Ernährungserziehung schon im Kindergarten ansetzen. Viele Kinder zwischen 3 und 6 Jahren verbringen ihren Alltag im Kindergarten, viele verschiedene soziale Gruppen treffen aufeinander und können erreicht werden. [KLICHE, 2008, Seite 14-15]

Im Kapitel 2.3.5.1. Europäischen Kerncurriculum für Ernährungsbildung von 4 bis 8-jährigen wurden bereits zahlreiche Themenbereiche der Ernährungserziehung und -bildung aufgelistet, die in den Kindergärten und auch zu Hause beachtet werden sollten. Doch werden diese Aspekte auch in den Kindergärten berücksichtigt? In den nachstehenden Unterkapiteln soll dies evaluiert werden.

4.2.1. Ziele

Das Ziel mit Ernährungserziehung schon von klein auf zu beginnen, ist von Seiten der Kindergärten und Kindergartenpädagoginnen, sehr ähnlich. Einerseits möchte man den Kindern wenigstens im Kindergarten eine gesunde Ernährungsweise näher bringen, denn zu Hause ist es nicht immer der Fall, andererseits will man den kleinen aber auch näher bringen, dass es völlig okay ist, ab und zu auch einmal was Süßes zu naschen.

„Essen zu schätzen, dann das sich gesund zu ernähren nicht immer heißt, dass man gar keine Süßigkeiten darf. Aber eben abzuwägen wie und was man essen sollte. Die ausgewogene Ernährung ist mir eigentlich wichtig.“ (ID15, Zeile 248-250)

Auch die Stärkung des Körperbewusstseins durch ausgewogene Ernährung soll im Kindergarten dazu anregen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln.

„Für uns wäre es wichtig, oder was wir uns wünschen würden ist, dass die Kinder ein gesundes Verhältnis zum Essen bekommen. [...] Aber eben, dass man weiß was einem

gut tut und was gesund ist. Dass sie die Informationen haben, ist uns wichtig. Und es ihnen trotzdem schmeckt.“ (ID6, Zeile 226-231)

„Ja, dass man die Kinder wirklich sensibilisiert für gesunde Nahrung und dieses Bewusstsein auch weckt. Was ist gesund, was ist ungesund, was tut meinem Körper gut und wie wirkt sich das aus, wenn ich was esse.“ (ID11, Zeile 213-215)

Viele Kinder bekommen zu Hause nicht so viel Obst und Gemüse, denn die Eltern denken, das Kind isst es sowieso nicht. Durch dieses Verhalten können die Kinder die Vielfalt der Obst- und Gemüsesorten nicht kennenlernen. Genau das versucht man in den Einrichtungen den kleinsten beizubringen: die Vielfalt an gesunden Lebensmitteln, die verschiedenen Zubereitungsarten. Das soll sie dazu anregen zu probieren.

„Manche Eltern probieren zu Hause eben nichts aus. Die sagen dann einfach „Das isst mein Kind nicht“. Die probieren nicht ob es das nach einem halben Jahr doch isst, oder auch nicht. Und eben das die Kinder alles probieren und kosten und dass sie vielleicht auch im Kindergarten drauf kommen, dass es ihnen doch schmeckt.“ (ID12, Zeile 159-163)

„Einfach den Kindern auch ein Bewusstsein zu geben. Was in welchen Mengen für mich gut ist. Wann ich satt bin und wann nicht... Was kann ich zum Beispiel... Einfach ein Bewusstsein zu schaffen was es für Angebote gibt, was für Möglichkeiten ich habe. Dass es nicht so engstirnig ist, dass es eben eine große Vielfalt gibt.“ (ID17, Zeile 178-182)

In der folgenden Tabelle 21 sind die Antworten der Erzieherinnen, über die Ziele von Ernährungserziehung im Kindergarten, dargestellt.

Tabelle 21: Ziele	
Nennungen	N*
<ul style="list-style-type: none"> • Gesunde Ernährung näher bringen. Einfach das Bewusstsein wecken, was dem Körper gut tut und wie sich was auswirkt. 	16
<ul style="list-style-type: none"> • Die Vielfalt an Lebensmitteln und Zubereitungsarten näher bringen und schmackhaft machen. 	5
<ul style="list-style-type: none"> • Dass sie sich wenigstens im Kindergarten gesund ernähren. Viele 	4

Eltern kochen zu Hause nicht mehr frisch.	
<ul style="list-style-type: none"> • Ich schaue selber auf gesunde Ernährung und möchte es den Kindern weitergeben und diese sollen es der nächsten Generation vorleben. 	4
<ul style="list-style-type: none"> • Dass sie alle Speisen einmal probieren. 	3
<ul style="list-style-type: none"> • Dass Kinder gesund bleiben. 	1
N* = Nennungshäufigkeit	

4.2.2. Regeln

Regeln in der Ernährungserziehung sind notwendig, um bei den Mahlzeiten eine ruhige Atmosphäre schaffen zu können und den Kindern eine Ess- und Tischkultur beibringen zu können. 16 Pädagoginnen gaben an, dass ihnen sehr wichtig ist, dass die Kinder von klein auf ein Hygieneverhalten entwickeln und dass sie auch wissen warum sie sich z.B. die Hände waschen sollen.

„Also wenn sie aufs Klo gehen, wieder natürlich die Hände waschen. Und auch nachdem wir vom Park zurückkommen müssen sie die Hände waschen. Und auch eben vor dem Essen. Da wird am Anfang eben noch erklärt, warum es wichtig ist, dass die Hände gewaschen werden. Eben wegen den Bakterien usw. Und was passiert, wenn wir das in den Mund bekommen. Das Krank und Gesund sein.“ (ID5, Zeile 148-154)

Den Erzieherinnen ist es auch sehr wichtig, dass die Kinder die unterschiedlichen Speisen wenigstens probieren. Denn meistens schmeckt es ihnen dann doch.

„Hier schauen wir drauf, dass alle Kinder auch alle Speisen einmal probieren, da wir schon auf Abwechslung schauen, aber es wird jetzt auch kein Kind gezwungen zu essen. Aber viele Speisen kennen die Kinder von zu Hause her gar nicht, dass wir hier bestellen und da finden wir es schon wichtig, dass sie es wenigstens probieren.“ (ID11, Zeile 64-68)

Den Kleinkindern wird schon von Beginn an, wenn sie in den Kindergarten eintreten, eine Tisch- und Esskultur beigebracht. Z.B. sollen sie beim Decken des Tisches helfen und auch beim Abräumen und sauber machen. Es wird ihnen beigebracht wie man bei

Tisch sitzt, der Umgang mit dem Besteck etc. Wichtig ist den Betreuerinnen auch, dass sie selbst einschätzen lernen, wie viel sie noch essen wollen.

„Die Grundregeln sind vor dem Essen die Hände zu waschen, dann auch die Tischkultur. Das eben, wenn der Tisch gedeckt wird, dass man schaut, auf welche Seite gehört die Gabel, wohin der Löffel, das Glas, Serviette, Teller, welchen Teller nimmt man, welchen Salatteller etc. Also all diese Dinge. Dann während dem Essen sitzen wir ordentlich. Also es wird auch nicht gelümmelt. Wir sagen auch immer das beide Hände auf dem Tisch sein sollen. Es wird auch nicht gespielt während dem Essen. Es wird bei uns auch immer gekostet, aber es muss nicht aufgegessen werden. Es kann auch nachgeholt werden. Wenn etwas nachgeholt wird, dann sollen die Kinder auch darauf achten wie viel sie nachholen. Denn das sollten sie dann schon aufessen. Sie sollen das einfach selber einschätzen lernen wie viel sie noch essen wollen. Denn bei uns wird nicht nachgeholt und dann weckgeworfen.“ (ID15, Zeile 186-198)

Folgende Regeln (Tabelle 22) werden in den Einrichtungen beachtet.

Tabelle 22: Regeln	
Nennungen	N[*]
• Hygiene: Vor und nach dem Essen aufs Klo gehen und die Hände waschen.	16
• Wenigstens das Essen kosten. Alles einmal probieren.	16
• Bei Tisch sitzen bleiben und nicht lümmeln, herum rennen oder spielen während die anderen noch essen. Auch nicht mit dem Essen spielen.	15
• Tisch decken.	8
• Sie lernen sich das Essen selbst zu nehmen, Brote zu streichen, selbst nachzuschenken etc. Da sollten sie dann auf die Portionsgröße achten. Einfach zu lernen wie viel sie noch essen wollen und nicht verschwenderisch sein.	8
• Tisch abräumen.	5
• Wenn das Frühstück und die Jause von zu Hause mitgebracht werden, dann keine Süßigkeiten etc., sondern gesunde Sachen und Abwechslung bei den mitgebrachten Jausen.	5
• Beim Essen Zeit lassen.	1

• Mit Besteck essen und nicht mit den Fingern.	1
• Vor dem Aufstehen runterschlucken und auch beim Gehen nichts essen oder trinken.	1
• Nach dem Essen die Zähne putzen. (Kommt drauf an ob es die Eltern wollen)	1
N* = Nennungshäufigkeit	

4.2.3. Projekte

Um das Ernährungsverhalten der Kinder durch Ernährungserziehung zu stabilisieren werden Projekte, Veranstaltungen, Programme etc. veranstaltet. Teilweise werden von externen Stellen (z.B. dem Institut für Ernährungswissenschaften, FGÖ, ÖGE, Zahnarzt/-ärztin etc.) Projekte angeboten. Einige externe Ernährungserziehungsprojekte in österreichischen Kindergärten wurden im Kapitel 2.3.6. schon erwähnt.

In den befragten Kindergärten war das einzige Projekt, dass sie mit externen Stellen bis jetzt gemacht haben, jenes vom Institut für Ernährungswissenschaften. Drei Kindergärten gaben außerdem an, dass das Thema gesunde Ernährung auch von der Zahngesundheitserzieherin, der Puppenspielerin und einer Diätologin durchgemacht wurde.

„Dieses Jahr gezielt zu Ernährung nicht, außer halt das Projekt mit ihnen. Aber es kommt natürlich oft vor, im Herbst zum Beispiel, wenn Äpfel, Birnen, Zwetschken etc. Jahreszeit haben, dass wir darauf eingehen wie das Obst aussieht, wie es schmeckt. Wir machen dann so Geschmackskim, oder wir haben auch einige Tischspiele, da geht es dann auch um gesunde Ernährung und auch um gesunde Zähne. Also was ist gesund für die Zähne, was macht die Zähne kaputt usw. Wir haben auch zweimal jährlich die Zahngesundheitserzieherin hier bei uns im Haus, die auch mit den Kindern eben Spiele spielt und auch Obst und Gemüse verkostet und ihnen erklärt „Wieso ist es gesund, was ist gesund, wie wirkt sich das auf unseren Körper aus?“. [...] Das ist bei uns eben vorbeugend und Wissensbildung.“ (ID10, Zeile 251-266)

„Unlängst war die Mohnblume da, unsere Puppenspielerin. Die hat auch gesunde Ernährung halt in dieses Puppentheater eingebaut. Auch die Ernährungspyramide und so.“ (ID13, Zeile 219-221)

„[...] und dann haben wir halt auch einmal eine Diätologin eingeladen und die hat dann mit den Kindern in die Richtung Getreide und selber dann mahlen und Brot backen und so, gearbeitet.“ (ID19, Zeile 182-184)

Projekte über gesunde Ernährung sind in den Kindertagesstätten häufig im Jahresthema (z.B. Körper, Zähne etc.) integriert.

„Ja, jetzt momentan haben wir mit euch ja das Projekt. Und sonst natürlich versuchen wir auch mit den Kindern die Ernährung zu besprechen, durchzusprechen. Im Kindergarten haben sie letztes Jahr das Thema „Körper“ gehabt. Da war ein großer Bereich auch das Thema „Ernährung.“ (ID6, Zeile 195-198)

Um den Kindern gesunde Ernährung näher zu bringen, lassen sich die Pädagoginnen immer wieder neue tolle Sachen einfallen. Vor allem die aktive Mitarbeit, macht den Kindern besonders viel Freude. Kinder sind sehr interessiert an allen Dingen. Falls ein eigener Garten dem Kindergarten angeschlossen ist, werden dort auch Gemüse und Kräuter angepflanzt. So lernen die Kleinen wie Gemüse etc. wächst und wie es schmeckt.

„Wir bauen halt auch so unsere eigenen Kräuter auf der Terrasse dort an. Also wir haben Petersiel momentan, Minze, Schnittlauch. Wir haben auch zwei Tomatenpflanzen. Also wenn die dann auch reif sind, dann nehmen wir das schon auch von unserer eigenen Terrasse. Also wir schauen auch da, dass die Kinder einen Einblick bekommen. Gerade Gemüseanbau, was das eigentlich bedeutet und wie das eigentlich schmeckt.“ (ID10, Zeile 161-167)

Aber auch Ausflüge auf den Bauernhof, den Markt, in den Wald und zum Apfelbauern stehen ab und zu auf dem Programm.

„Also wir machen noch so Ausflüge. Zweimal im Jahr machen wir einen Ausflug auf den Markt. [...] Wir gehen auch mit ihnen einkaufen, gestalten das Essen selbst, es wird gekocht.“ (ID16, Zeile 196-202)

Um den Kleinkindern den Umgang mit Lebensmitteln und auch diversen Zubereitungsarten zu lehren, wird gemeinsam gekocht und gebacken. Doch auch das gemeinsame Einkaufen der Lebensmittel und die Besprechung der Vielfalt ist den Pädagoginnen wichtig, um den Kindergartenkindern ein Ernährungs- und auch Nachhaltigkeitsbewusstsein näher zu bringen.

„Ja, dass das Essen oft gemeinsam mit den Kinder zubereitet wird und die Kinder auch das Obst und Gemüse schneiden. So wie letzte Woche, da haben wir einen Nudelsalat gemacht und da waren die Kinder dann halt auch dran beteiligt. Oder sie machen einen Obstkuchen oder so. Also das die Kinder auch wirklich an der Zubereitung der Speisen beteiligt sind.“ (ID11, Zeile 193-197)

Folgende Besonderheiten der Ernährungserziehung werden in den Kindertagesstätten angeboten (Tabelle 23).

Tabelle 23: Ernährungserziehungsprojekte	
Nennungen	N*
<ul style="list-style-type: none"> gemeinsames Einkaufen von Lebensmitteln und/oder gemeinsames Zubereiten von Speisen (Salate, Aufstriche, Obstsalat, Kuchen, Nudelsalat etc.) und Säften 	14
<ul style="list-style-type: none"> Ausflüge auf den Markt (Naschmarkt, Bauernmarkt etc.) und Bauernhof. Was hat gerade Saison, die Vielfalt kennen lernen, etc. 	12
<ul style="list-style-type: none"> Jahresthemen, Monatsthemen zu gesunder Ernährung, Körper, Zahngesundheit etc. 	12
<ul style="list-style-type: none"> Geschmackskim, Geruchskim, Tastkim etc., spielerisches Bearbeiten des Themas gesunde Ernährung. 	8
<ul style="list-style-type: none"> Jahreszeitenabhängige Themen (Frühling, Sommer, Herbst, Winter) oder Feste, die mit den Kinder gemeinsam gestaltet werden. Z.B. Erntedankfest, Ostern und Weihnachten. Da wird mit den Kindern gemeinsam gekocht, gebacken etc. 	7

<ul style="list-style-type: none"> • Pflanzen und dann auch Ernten von Gemüse, Kräutern im eigenen Garten. Pflanzen von Obstbäumen und auch das gemeinsame Ernten. 	6
<ul style="list-style-type: none"> • Obstjause, bzw. gesunde Jause mit Kindern zubereiten. Jedes Kind bringt dafür was Gesundes von zu Hause mit. 	5
<ul style="list-style-type: none"> • Sesselkreise wo gewisse Themen über gesunde Ernährung, Tischkultur etc. besprochen werden. 	2
<ul style="list-style-type: none"> • Kochen mit Kindern und Eltern zusammen. 	1
N* = Nennungshäufigkeit	

4.2.4. Bewegungserziehung

Da körperliche Aktivität besonders für junge Menschen sehr wichtig ist (siehe Kapitel 2.2.2. und 2.3.3.), wird Bewegung jeden Tag in den Kindergartenalltag integriert. Ob im eigenen Bewegungs- oder Turnsaal, im Garten und Park, bei Wanderungen oder Ausflügen in den Wald, Gymnastikkursen, Rhythmik, Schwimmkursen, Eislaufkursen etc., zu jeder Jahreszeit und bei jeden Wetterverhältnissen wird auf genügend sportliche Aktivität geachtet. Das ist besonders wichtig, da körperliche Aktivität bei der Entwicklung des Bewegungsapparates, aber auch zur Stärkung des Immunsystems und zu einem gesunden Körpergefühl beiträgt.

„Aber wir versuchen grundsätzlich auch viel Bewegungsprogramm anzubieten. Das heißt, wir haben extra Yoga jetzt noch angeboten. Wir haben den Waldtag eben, wo wir jeden Mittwoch wandern sind mit den Kindern. [...] Und wir schauen auch, dass wir so viel wie möglich in den Park kommen, damit sich die Kinder bewegen können. Und in allen Schulferien ist auch ein Ausflugsprogramm. Das heißt, wir gehen viel wandern und spazieren mit den Kindern und sind viel unterwegs.“ (ID6, Zeile 215-223)

„Aber mir ist generell Bewegung sehr wichtig. Also das heißt, ich bin eigentlich das ganze Jahr bei eigentlich fast jedem Wetter, mit ihnen draußen an der frischen Luft, um dem Bewegungsdrang, den sie haben, einfach gerecht zu werden. Und falls es gar nicht geht, dann gibt es einfach spontan Bewegungseinheiten, Rhythmik oder Turnstunden oder Lauf- und Fangspiele einfach hier im Haus.“ (ID10, Zeile 280-285)

Bewegungseinheiten finden jedoch nie in Zusammenhang mit Ernährungserziehungsprojekten statt. Dies sind zwei Bereiche die immer separat behandelt werden. Da sowohl Ernährungserziehung, als auch Bewegungserziehung zu einem gesunden Lebensstil dazu gehören, wäre es nötig Projekte anzubieten die beide Bereiche integrieren.

4.2.5. Zeitlicher Rahmen für Ernährungserziehung

Wie sieht in den untersuchten Kindergärten der zeitliche Rahmen für Ernährungserziehung aus? Tabelle 24 gibt einen Überblick über die häufigsten Aussagen der Kindergartenpädagoginnen im Hinblick auf den zeitlichen Rahmen für Ernährungserziehung in deren Kindergärten.

Tabelle 24: Zeitlicher Rahmen für Ernährungserziehung	
Nennungen	N*
<ul style="list-style-type: none"> • Das ist im Alltag integriert. Immer mal zwischendurch und es kommt auch auf die spontanen Situationen drauf an. 	14
<ul style="list-style-type: none"> • Das kommt auch auf die Gruppen drauf an und auch auf die jeweiligen Kindergärtnerinnen. Ernährungserziehung wird aber meist nur bei den größeren Kindern eingebunden. Die Krippenkinder sind da noch zu klein. Das ist halt altersabhängig. 	7
<ul style="list-style-type: none"> • Das fließt jeden Tag beim Frühstück, Mittagessen und bei der Jause mit ein. Da ist dann auch immer eine Pädagogin oder Assistentin dabei und bespricht das mit den Kindern. 	6
<ul style="list-style-type: none"> • Es kommt auch drauf an welches Jahresthema, Monatsthema oder Wochenthema wir gerade haben. Da ist es manchmal mehr integriert und manchmal eben weniger. 	6
<ul style="list-style-type: none"> • Das ist Jahreszeitenabhängig. In jeder Jahreszeit einmal kurz. Z.B. wenn gewisse Sachen gepflanzt werden, blühen anfangen oder geerntet werden. 	3
<ul style="list-style-type: none"> • Ca. ein bis zwei Stunden die Woche 	1
<ul style="list-style-type: none"> • Ca. ein bis zwei Mal im Semester 	1
N* = Nennungshäufigkeit	

Betrachtet man den Zeitaufwand für Ernährungserziehung im Kindergarten, so kommen 9 Kindergärtnerinnen zu dem Ergebnis, dass es immer mehr sein könnte, da das Thema Ernährung einen großen Bereich betrifft.

„Es könnte immer mehr sein. Aber es ist halt immer ein Zeitproblem. Das kann man glaub ich nicht so global sagen, weil wir haben Gruppen oder wir haben Zeiten, wo wir es sehr intensiv machen, weil wir da einfach merken, dass es ein Thema ist das sie sehr interessiert.“ (ID22, Zeile 233-236)

7 Pädagoginnen geben an, dass es in ihrer Einrichtung ausreichend behandelt wird und 3 sagen, dass es nicht genug integriert wird.

„Ich glaube schon, weil ich das wirklich viel mache und immer wieder. Ich greife das immer wieder auf. Weil es kommt auch immer wieder was von den Kindern und es wird dann sofort wieder aufgegriffen.“ (ID14, Zeile 279-281)

„Eigentlich nicht ausreichend. Es gibt halt die ganzen Feste und dadurch, dass wir so viel Wert auf religiöse Erziehung legen... Es ist immer ein anderes Fest und dann kommt schon das nächste, Muttertag, Weihnachtsfest und so. Das ist echt viel und dann soll man auf ein Jahresprojekt auch noch zurückgreifen. Also irgendwie wird das zu viel dann.“ (ID23, Zeile 188-192)

Bei einigen (5 Aussagen) ist es auch so, dass der Zeitaufwand für Ernährungserziehung von Kindern ausreichend ist, jedoch mehr Zeit für die Eltern nötig wäre.

„Ich glaube der Punkt ist, man müsste viel mehr bei den Eltern ansetzen. Und dazu haben wir zu wenig Zeit. Ich kann nicht mehr als zwei, drei Elternabende machen und wir machen zwei, drei Feste im Jahr, aber da kann man dann auch nicht über das Essen reden. Also das ist zeitlich schwierig.“ (ID6, Zeile 249-253)

Wann Ernährungserziehung in den Kindergartenalltag integriert wird ist unterschiedlich. Meist fließt es in den Kindergartenalltag mit ein.

„Das fließt eigentlich so mit ein. Es ist oft so, dass ich mich zur Jause setze zu den Kindern und mit ihnen darüber rede. [...] Also ich würde sagen, dass ist bei uns eher so frei. Höchstens mal Aktivitäten zwischendurch, wo dann gekocht wird und vorher die

Produkte beschreibt, oder beschreiben lässt. Aber ich könnte da jetzt keinen zeitlichen Rahmen sagen.“ (ID11, Zeile 222-228)

Teilweise hängt der zeitliche Rahmen auch von dem Alter der Kinder, von der jeweiligen Gruppe oder auch von den Pädagoginnen selbst ab.

„Also in der Vorschulgruppe oder bei älteren Kindern, hier wird es dann schon genauer besprochen. Wie schaut die gesunde Ernährung aus, wie ernähren wir uns mit Vitaminen und so. Aber so genau, muss ich jetzt sagen, wird es in der Krippengruppe nicht gemacht. Denn die verstehen das nicht.“ (ID15, Zeile 229-233)

„Es kommt ein bisschen auf die Gruppen an. Ich hatte voriges Jahr eine Gruppe, die hat es überhaupt wöchentlich gemacht und andere Gruppen die machen es monatlich, manche machen es eher nur so zu den Festen und so. Das kann man nicht so sagen, es ist gruppenabhängig und es kommt halt auch auf das Jahresthema an. [...] Also wenn sie das Thema Körper oder so etwas haben, dann machen sie es natürlich fast wöchentlich. (ID22, Zeile 192-198)

4.2.6. Schwierigkeiten

Jene Schwierigkeiten die genannt wurden, sind auch im Theorieteil unter dem Kapitel 2.2.4. Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten zu finden. Demnach beeinflussen Kultur, Religion, Nationalität, das Lebensmittelangebot in der Familie und im Kindergarten, die Vorbildfunktion der Eltern und Erzieherinnen, sozioökonomische Faktoren und viele weitere Faktoren das Ess- und Ernährungsverhalten der Kleinkinder.

Folgende Schwierigkeiten (Tabelle 25), bezüglich Ernährungserziehung, sind in den Kindergärten häufig vorhanden.

Tabelle 25: Schwierigkeiten in Bezug auf Ernährungserziehung

Nennungen	N*
<ul style="list-style-type: none"> • Wenn im Kindergarten gesunde Ernährung beigebracht wird und die Umsetzung zu Hause nicht stattfindet. Die Zusammenarbeit mit den Eltern ist einfach schwierig. 	14
<ul style="list-style-type: none"> • Manche Kinder essen kein Obst und Gemüse, weil sie es von zu Hause einfach nicht kennen. Einige Kinder wollen deshalb nichts Neues probieren. 	13
<ul style="list-style-type: none"> • Wenn es zu viel gesunde Sachen gibt. Man muss den richtigen Weg finden zwischen gesund und sie essen es trotzdem gerne. 	2
<ul style="list-style-type: none"> • Viele Eltern zwingen Kinder zum Essen und dann essen die Kinder auch schlecht. Oder einige Eltern belohnen die Kinder mit Süßigkeiten. 	2
<ul style="list-style-type: none"> • Mitarbeiter zuerst motivieren und ihnen das Thema auch schmackhaft machen. 	1
N* = Nennungshäufigkeit	

Ein großes Problem, laut den Kindergartenpädagoginnen, ist die Zusammenarbeit mit den Eltern. In den Kindergärten wird versucht den Kindern ein gesundes Ernährungsbewusstsein beizubringen und durch das Verhalten der Eltern zu Hause wird ausgewogene, bewusste Ernährung vernachlässigt. Nur in Zusammenarbeit mit den Eltern ist eine Förderung des gesunden Ernährungsverhaltens möglich. Doch was soll man machen, wenn die Eltern einfach nicht mitspielen wollen. Wenn Eltern den Kinder trotzdem z.B. ungesunde Jausen (Golatsche, Süßigkeiten, Leberkäsesemmel etc.) von zu Hause mitgeben, obwohl es in der Einrichtung immer und immer wieder betont wird, dass sie gesunde Sachen mitgeben sollen. Da wäre ein Jausenangebot, das vom Kindergarten angeboten wird, vielleicht die bessere Alternative.

„Naja, wenn wir das mit den Kindern besprechen hier im Kindergarten und es zu Hause nicht wahrgenommen wird. Also da arbeiten quasi die Eltern nicht mit. Da ist es dann schon schwierig. Also wenn man es einmal den Eltern gesagt hat und es trotzdem nicht funktioniert und es noch immer Schokolade gibt.“ (ID5, Zeile 222-226)

„Ich glaube das schwierigste ist es, dieses Spiel hinzubekommen zwischen gesund und sie essen es trotzdem gerne. Also, dass ist für uns im Moment eigentlich das schwierigste und das die Eltern auch diese Informationen haben und unterstützend mitwirken.“ (ID6, Zeile 257-260)

„Manchmal bin ich schon sehr müde eigentlich, weil Kinder... Es sind die Eltern. Ich habe schon von Eltern gehört „Überlassen sie das mir, was ich meinem Kind gebe!“. Da wird man dann schon sehr entmutigt irgendwas zu sagen. Aber ich mache das jetzt eigentlich über die Kinder. Wenn ein Kind zum Beispiel Obst mithat. Dann sage ich „Das ist super! Du hast eine gesunde Jause mit!“ Dann will das Kind, das eine Wurstsemmel hat am nächsten Tag auch gelobt werden. Das funktioniert über die Kinder besser, als über die Eltern.“ (ID8, Zeile 142-149)

Schwierigkeiten gibt es auch bei neuen Lebensmitteln, die Kinder vorher noch nie gesehen und gekostet haben. Denn zu Hause gibt es teilweise kein frisches Obst und Gemüse und gekocht wird auch nicht mehr mit den Kindern.

„Manchen Kindern ist das so etwas von egal und manche essen das nicht, denn sie kennen das Obst zum Beispiel nicht von zu Hause. [...] Zu Hause essen sie sicherlich kein Obst. Zu Hause gehen sie sicher nur zur xy-Firma und zur xy-Firma usw. und hier müssen sie eben was Gesundes essen.“ (ID12, Zeile 196-203)

4.2.7. Unterschiede bei sozial benachteiligten Kindern

In Kapitel 2.2.2.1. wurde schon kurz erwähnt, dass speziell sozial benachteiligte Schichten häufiger von Übergewicht und einem schlechten Ernährungsstatus betroffen sind. Ist das auch in den untersuchten Kindergärten der Fall und sehen Kindergartenpädagoginnen diese Phänomene bei sozial benachteiligten Kindern?

Nach der Leitfrage „Sehen Sie Unterschiede in der Ernährungserziehung bei sozial benachteiligten Kinder?“, kam es zu folgenden Antworten (Tabelle 26).

Tabelle 26: Gibt es Unterschiede in der Ernährungserziehung bei sozial benachteiligten Kindern?

Nennungen	N*
• Nein, eigentlich nicht.	18
• Ja, Eltern die in einer besseren Position sind, bei denen steht gesunde Ernährung eher im Vordergrund.	6
• Ich denke eher, dass es von der Kultur und Religion abhängig ist Teilweise merkt man, dass speziell die ausländischen Kinder ungesunde Sachen von zu Hause mitbekommen.	6
• Das hängt nicht vom finanziellen Status ab.	3
• Das kommt auf die Einstellung der Eltern an.	3
• Das hängt eher von der Bildung der Eltern ab.	1
N* = Nennungshäufigkeit	

Die meisten Betreuerinnen in den Kindergärten gaben an, dass es im Kindergarten selbst keine Unterschiede in Hinsicht auf Ernährungserziehung bei sozial benachteiligten Kindern gibt. Was den Erzieherinnen jedoch schon auffällt ist, dass teilweise bei den sozial besseren Schichten gesunde Ernährung eher im Vordergrund steht als bei sozial schwächeren (6 Antworten).

„Ich finde schon, dass man es mehr merkt, dass sozial benachteiligte Kinder eher die ungesunden Sachen zu Hause essen. Und dass sie das gar nicht so richtig kennen, dass man mal einen Apfel isst oder so. Viele Obstsorten kennen diese Kinder auch gar nicht.“ (ID9, Zeile 196-199)

Einige Kindergartenpädagoginnen denken, dass es gar nicht am finanziellen liegt (3 Antworten), sondern eher an der Einstellung der Eltern (3 Antworten), bzw. an deren Kultur und Religion (6 Antworten) und an deren Bildungsstand (1 Antwort).

„Wir haben nur zwei Kinder, die einen Essensbeitrag bekommen und die... Da würde ich sagen, da ist die Mutter aber so was von engagiert. Das kann man bei uns glaub ich nicht daran messen, obwohl ich mir schon vorstellen kann das es oft so ist. Das eben sozial benachteiligte nicht so das Bewusstsein haben. [...] Aber das hängt dann ja nicht unbedingt mit Geld zusammen. Weil da denke ich mir, da könnte man billiger einkaufen.“

Aber dieses Bewusstsein, glaube ich, das hängt schon von Bildung ab.“ (ID11, Zeile 270-277)

„Ich würde eher sagen, finanziell ist es gar nicht. Es ist eher bei manchen die Kultur. [...] Einfach ja nicht Armut zu zeigen. [...] Es ist jetzt vielleicht nicht dick, aber es ist grenzwertig zum Dick werden. Es ist jetzt nicht fettleibig, aber es wird bewusst so gelebt. Es ist jetzt nicht ein gesunder Körper, ein gesundes Körpergewicht, aber es wird so gelebt, dass es einen Wohlstandseffekt hat. Aber es hat nichts mit dem finanziellen zu tun.“ (ID15, Zeile 297-308)

„Ich glaube das hängt dann schon von der Erziehung selber ab. Wie die Eltern zu dem Thema stehen. Ich glaube das hat weniger damit zu tun in welcher sozialen Schichte sie sind. Ich glaube es hat eher mit der Einstellung selber zu tun.“ (ID20, Zeile 152-155)

4.2.8. Zusammenfassung der Kategorie Ernährungserziehung im Kindergarten

In den Untersuchungskindergärten ist Ernährungserziehung in den Bildungsbereichen integriert. Man möchte damit den Kindern gesunde Nahrung im Kindergarten anbieten und sie in ihrem Ernährungsbewusstsein auf den optimalen Weg bringen. Vor allem in internen Projekten wird den Kleinkindern gesunde Ernährung näher gebracht. Es wird z.B. zusammen gekocht und gebacken, Gemüse und Kräuter werden angepflanzt, geerntet und zubereitet, es gibt Ausflüge auf diverse Märkte und auf Bauernhöfe etc. Diese internen Projekte finden meist in Zusammenhang mit dem Jahresthema oder in Abhängigkeit von der Jahreszeit, statt. Ernährungserziehung ist aber jeden Tag integriert, ob beim Frühstück, beim Mittagessen oder bei der Nachmittagsjause.

Außer den kürzlich stattgefundenen Ernährungsprojekten vom Institut für Ernährungswissenschaften wurden nur einzelne externe Projekte geführt, die gesunde Ernährung eingebunden hatten. Durch diverse Regeln wird den Kindern das Verhalten bei Tisch, unterschiedlichste Hygieneregeln und Tisch- und Esskulturen beigebracht.

Unterschiede bei sozial-benachteiligten Kindern sehen die Kindergartenpädagoginnen keine. Zumindest hängt es laut ihnen nicht vom Finanziellen ab. Wenn es teilweise Unterschiede gibt, dann eher von der Kultur, der Religion und der Einstellung der Eltern her. Natürlich treten bezüglich des Themas „Gesunde Ernährung im Kindergarten“ auch

einige Schwierigkeiten auf. Vor allem Schwierigkeiten mit den Eltern, wurden genannt. Dies ist aber von Kindergarten zu Kindergarten verschieden und hängt meist vom jeweiligen Klientel ab. So schieben Eltern teilweise die Verantwortung auf die Erzieherinnen oder wollen sich mit gesunder Ernährung nicht auseinandersetzen oder wollen ihre Gewohnheiten einfach nicht umstellen.

Um den Eltern das Thema und die Wichtigkeit von gesunder Ernährung zu erklären fehlt den Pädagoginnen aber meistens die Zeit. Gespräche über eine optimale Kinderernährung finden am Elternabend am Anfang des Kindergartenjahres oder bei Tür- und Angelgesprächen statt. Die Umsetzung von ausgewogener, gesunder Ernährung der Kleinkinder kann aber nur in Zusammenarbeit mit den Eltern funktionieren, denn nur so kann auch zu Hause darauf geachtet werden. Mütter und Väter müssen sich ihrer Vorbildfunktion bewusst werden.

4.3. Interesse der Kinder und Eltern an Ernährung und Ernährungserziehungsprojekten

Ohne Interesse und Teilnahmereitschaft der Kinder und der Eltern ist Ernährungserziehung im Kindergarten nicht umsetzbar. Da Kinder von Natur aus an allem interessiert sind und alles testen wollen, müssen sich vor allem die Eltern ihrer Vorbildfunktion bewusst werden und ihre Kinder in der Entwicklung eines optimalen Ernährungsbewusstseins unterstützen.

4.3.1. Interesse der Kinder an Ernährungserziehung und Ernährungsprojekten

Wenn es um das Interesse der Kinder an Ernährung und Ernährungsprojekten geht, dann sind sich die Kindergartenpädagoginnen ziemlich einig, dass es alle Kinder interessiert. Das Thema muss jedoch kindgerecht aufbereitet sein. Vielen ist es auch wichtig, mit den Kindern aktiv zu kochen, zu backen oder Kräuter und Gemüse im Garten anzupflanzen.

„Für Kinder ist eigentlich alles interessant. Egal was man macht, ob mit Ernährung oder mit anderen Sachen. Wenn man etwas macht und z.B. Lebensmittel auf den Tisch stellt, dann kommen sie schon und fragen „Was machen wir?“ Da sind sie schon sehr interessiert, ja.“ (ID4, Zeile 199-202)

„Ja, durchaus. Wenn man es kindgerecht aufbereitet, dann macht ihnen das schon Spaß. Wenn sie zuordnen können, was ist gesund und was ist nicht gesund, was ist Obst und was ist Gemüse. Ich habe schon das Gefühl, dass es ihnen Spaß macht.“ (ID6, Zeile 273-276)

Einige gaben an, dass es auch sehr vom Alter der Kinder abhängt, ob sie interessiert sind oder eher nicht. Z.B. wurde erwähnt, dass für Krippenkinder Ernährungserziehung noch nicht so wichtig ist, da sie es noch nicht verstehen würden. Andere wiederum gaben an, dass es speziell bei den jüngeren Kindern leichter ist gesunde Ernährung näher zu bringen. Auch bei den Hortkindern sprechen die Betreuerinnen von unterschiedlichen Erfahrungen. In einigen Kindergärten machen Hortkinder gerne mit

und in anderen Einrichtungen ist es wiederum so, dass sie das Thema schon interessant finden, aber trotzdem lieber Fastfood, Pommes und Pizza zum Essen hätten.

„Also bei den jungen Kindern ist es leichter. Die Hortkinder sind schon sehr kritisch und sagen „Die Cornflakes ohne Zucker schmecken aber nicht.“ Die hätten halt gerne Pommes oder Pizza. Das ist eben vom Alter abhängig.“ (ID3, Zeile 166-169)

4.3.2. Teilnahmebereitschaft der Kinder an Projekten

Als es zu der Frage um die Teilnahmebereitschaft der Kinder an Ernährungserziehungsprojekten ging, waren sich alle Kindergartenpädagoginnen einig, dass alle Kinder gerne mitmachen würden.

„Ich glaube nicht, dass es etwas gibt, was ein Kind daran hindern könnte, an einem Projekt oder Ernährungsprojekt mitzumachen.“ (ID10, Zeile 357-358)

Zwei waren sich nicht sicher ob auch die ganz kleinen Kinder mitmachen würden, denn die könnten das noch nicht verstehen.

„Wahrscheinlich meine noch nicht (lacht), aber die Größeren könnte ich mir schon vorstellen. Ja.“ (ID20, Zeile 172-173)

„Ja, da bin ich mir ganz sicher. Also bei den älteren Kindern auf jeden Fall.“ (ID16, Zeile 226-227)

Um Kinder für etwas begeistern zu können muss das Thema jedoch interessant aufgebaut sein, damit ihr Interesse geweckt und ihnen nicht langweilig wird.

„Wenn es kindgerecht aufgearbeitet ist und spannend ist und Spaß macht und abwechslungsreich gemacht ist, dann machen sicherlich alle mit. Da sind sie alle zu motivieren.“ (ID6, Zeile 282-286)

„Es muss halt so interessant wie möglich gestaltet werden. Man muss halt, was das Schwierige ist bei der Sache, einfach versuchen die Kinder bei Laune zu halten. Denn sonst wird ihnen irgendwann langweilig. Einfach eben, dass sie nicht immer dasselbe hören.“ (ID17, Zeile 239-242)

Außerdem sollten Kinder nicht gezwungen werden, etwas zu essen, was sie nicht kosten wollen.

„Ich glaube einfach es ist auch wichtig, dass man ihnen die Freiheit auch gibt, wie bei allem anderen auch, nein zu sagen. [...] Es gibt halt Kinder, die... Meines ist auch nicht ausgeschlossen. (lacht) „Nein. Da gehe ich nicht hin. Da muss ich alles kosten.“ Von dem her ja, aber sonst glaub ich nicht das sie was hemmen könnte.“ (ID22, Zeile 285-291)

In der nachstehenden Tabelle 27 sind weitere Gründe einer Ablehnung der Teilnahme der Kinder, die von den Betreuerinnen genannt wurden, aufgezählt.

Tabelle 27: Gründe für die Ablehnung der Teilnahme der Kinder an Ernährungserziehungsprojekten	
Nennungen	N*
• Es kommt immer drauf an wie man es ihnen vermittelt.	6
• Wenn sie etwas kosten müssen was sie nicht wollen.	5
• Wenn es von den Eltern abhängig ist.	4
• Aus Scheu vor fremden Personen, die mit ihnen das Projekt machen.	3
• Wenn sie zu jung dafür sind.	2
• Wenn sie den ganzen Tag über im Kindergarten sind und das Projekt zu spät stattfindet, dann sind sie schon zu müde.	1
• Wissensstand der Kinder. Wenn sie es schon wissen, dann wird es langweilig für einige.	1
• Wenn sie nicht mit Messer und Gabel umgehen können.	1
• Wenn sie verschiedene Lebensmittel nicht kennen.	1
N* = Nennungshäufigkeit	

4.3.3. Interesse der Eltern an Ernährungserziehung und Ernährungsprojekten

Wie schon erwähnt (Kapitel 2.2.4.), kann ein bewusstes Essverhalten nur in Gemeinschaft aller Bezugspersonen der Kleinkinder optimal vermittelt werden. Die wichtigste Vorbildfunktion haben die Eltern. Wenn es aber um deren Interesse an Ernährungserziehung und -projekten geht, dann ist es ziemlich schwierig, gaben die Pädagoginnen an. Es gibt jene, die sich sehr engagieren für gesunde Kinderernährung und es gibt andere, denen es völlig egal ist. Das ist aber auch von Kindergarten zu Kindergarten unterschiedlich.

„Wir haben Eltern, die das toll finden und wir haben Eltern, die uns auch schon gesagt haben „Die armen Kinder, die müssen da Müsli essen und Brokkol“.“ (ID6, Zeile 190-192)

„Ja, also bei uns schon. Es ist schon ein Thema. Es ist interessant. Es ist für unsere Eltern schon wichtig, aber sie verlagern dann die Verantwortung auf uns. [...] Es gibt schon einerseits das Bewusstsein „Wir sollten genauer drauf schauen, aber wir haben keine Zeit, weil wir Arbeitstätig sind“. (ID15, Zeile 340-344)

„Einige schon. Ich habe heuer sehr viele Eltern in der Gruppe, die sich schon viele Gedanken darüber machen. Also es hält sich ziemlich die Waage. Es gibt halt auch Kinder die immer wieder von der xy-Firma einen Muffin oder so etwas mithaben, oder einen Donat und andere Kinder haben dann von zu Hause hergerichtete Brote und Obst oder Gemüse dazu mit. [...] Es sind halt schon auch sehr viele von denen ich weiß, dass sie sich auch zu Hause schon Gedanken darüber machen.“ (ID19, Zeile 288-295)

Die Kindergartenpädagoginnen vermuten auch, dass es auf das Klientel, auf deren Kultur und Einstellung ankommt.

„Da gibt es sicherlich große Unterschiede. [...] Ich glaube, es kommt auch drauf an woher die kommen. [...] Also die Südländer essen schon ganz anders als wie wir, die im Norden sind. Wir schauen, dass wir bewusster essen und die essen wirklich eher fettiger und ich weiß nicht woran das liegt. Und die asiatischen Kinder, die wir haben, wenn wir das so beobachten, die sind schon mehr auf das frische Obst und Gemüse aus. [...] Es ist schon die Küche. Wenn du jetzt in Kroatien unten bist, dann ist die Küche

schon ganz anders wie bei uns und wenn du in Asien bist, dann ist sie auch wieder ganz anders als bei uns.“ (ID21, Zeile 247-265)

„Ich glaube, dass diese Eltern, diese ausländischen Eltern, die tun für ihre Kinder alles und glauben, wenn sie den Kindern bei der xy-Firma eine Golatsche kaufen, dann haben sie ein gutes Gewissen [...] Die ausländischen Eltern sind auch diejenigen, die die Kinder bis zum Schluss hier lassen und dann bekommen sie gleich eine Tafel Schokolade [...] weil das arme Kind ja jetzt so lange im Kindergarten war. Und um das schlechte Gewissen zu beruhigen gibt es dann noch eine Draufgabe. Aber das machen sozial besser gestellt Eltern nicht. Die kommen gar nicht auf die Idee, weil die ihre Kinder nach der Arbeit gleich abholen. Das ist einfach zu beobachten.“ (ID8, Zeile 347-360)

4.3.4. Teilnahmebereitschaft der Eltern an Ernährungsprojekten

2 Betreuerinnen gaben an, dass die Eltern „eher weniger“ an solchen Projekten teilnehmen würden. 3 meinen, dass es sehr unterschiedlich ist, „teils teils“.

„Manche ja, manche nein.“ (ID6, Zeile 306)

„Ich hätte von vornherein sagen können, welche Eltern sich melden. Wir haben ja alle Eltern angesprochen und gefragt, und ich habe ganz genau gewusst, wer da mitmacht und wer nicht. Die hätte ich eigentlich gar nicht fragen brauchen.“ (ID8, Zeile 319-322)

Die restlichen Pädagoginnen sind sich sicher, dass Eltern gerne an Ernährungserziehungsprojekten teilnehmen würden.

„Man redet dann auch mit den Eltern darüber und man sieht, dass es denen auch am Herzen liegt und das sie es toll finden, das so etwas angeboten wird.“ (ID5, Zeile 268-270)

Die Teilnahmebereitschaft der Eltern ist laut den Betreuerinnen in den meisten Kindergärten gegeben. Doch auf was sollte geachtet werden, wenn man Ernährungsprojekte durchführt? Was könnte Eltern an einer Teilnahme hemmen?

Tabelle 28 gibt einen Überblick über die häufigsten Antworten über die Gründe für eine Ablehnung der Teilnahmebereitschaft der Eltern an Ernährungserziehungsprojekten.

Tabelle 28: Gründe der Eltern für eine Ablehnung der Teilnahme an Ernährungserziehungsprojekten	
Nennungen	N*
• Wenn sie keine Zeit dafür haben.	19
• Wegen der Sprache, wenn sie nicht gut Deutsch sprechen können.	4
• Aus Scham, weil sie sich selbst nicht auskennen.	3
• Aus Scham, weil sie ihr Wissen nicht umsetzen.	3
• Aus finanziellen Gründen.	2
• Wegen ihrer Einstellung zu dem Thema. Aus Desinteresse.	2
• Wenn das Projekt nicht interessant aufbereitet ist. Wenn es nur so eine Berieslung mit Infos ist.	2
• Wenn sie häusliche Ernährungsgewohnheiten preisgeben müssen.	1
• Wenn sie sich nicht Umstellen wollen in ihren Gewohnheiten.	1
N* = Nennungshäufigkeit	

Laut den Pädagoginnen ist es am häufigsten das Zeitproblem, warum die Eltern nicht an Ernährungsprojekten teilnehmen können. Dadurch dass in Wien auch sehr viele Migranten beheimatet sind, ist auch das Sprachenproblem ein Hindernis zur Teilnahme. Aber auch das Schamgefühl, der finanzielle Grund und viele weitere Aspekte nannten die Erzieherinnen als Nicht-Teilnahmegrund.

Es kommt halt einmal auf die Einstellung der Eltern an und ist auch ein Zeitproblem für manche, also Berufstätige.“ (ID3, Zeile 189-190)

„Und ich glaube bei den Eltern ist es eher so, dass sie Fragen gestellt bekommen wo sie... Ich glaube bei den Eltern, die nicht mitmachen wollen, die sich da ein bisschen sträuben, das sind die die was erfahren was sie eigentlich wissen, nur sie schauen nicht hin und ignorieren es. Sie wissen es, aber wenden es nicht an. [...] Diejenigen die sich sowieso gesund ernähren machen bei so Projekten mit und die anderen nicht. Weil die

anderen die haben vielleicht irgendwie Angst, dass die Kinder etwas ausplaudern.“
(ID8, Zeile 314-325)

„Zeitmangel, Unwissenheit, Fragen über ihren eigenen Wissenstand zum Thema gesunde Ernährung und vielleicht auch ein bisschen das schlechte Gewissen. Dass wir eben alle wissen was gesund ist, aber dass wir es trotzdem nicht tun und die Angst dann davor sich vielleicht rechtfertigen zu müssen.“ (ID10, Zeile 381-384)

4.3.5. Zusammenfassung der Kategorie Interesse der Kinder und Eltern an Ernährungserziehung

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Kleinkinder sicher immer für gesunde Ernährung und verschiedenste Ernährungsprojekte zu begeistern sind. Wichtig ist auf alle Fälle das Thema kindgerecht aufzubereiten. Denn nur so haben Kinder Spaß und machen gerne mit. Vor allem durch die aktive Teilnahme, z.B. durch Kochen und Backen etc., werden ihr Interesse und ihre Freude am Zubereiten von Speisen geweckt. Viele zeigen auch Selbstinteresse. Sie fragen von sich aus bei den Mahlzeiten „Was ist das?“ „Für was ist das gut?“ Für Kinder ist einfach alles interessant. Sie sind sehr wissbegierig. Schwierigkeiten könnte es nur geben wenn sie etwas absolut nicht probieren wollen. Dann sollte man sie auch nicht dazu zwingen. Durch zeitlich wiederholtes Anbieten des Lebensmittels und durch die eigene Vorbildfunktion lässt sich dieses Problem leicht lösen.

Bei der Bereitschaft der Ernährungserziehung der Eltern, in Zusammenarbeit mit dem Kindergarten, sieht das schon anders aus. Einige Eltern interessieren sich sehr für gesunde Ernährung, doch für andere wiederum ist es gar kein Thema. Die Verantwortung über gesunde Ernährung wird oft den Kindergartenpädagoginnen übertragen. Dennoch glauben die Pädagoginnen, dass fast alle Eltern bei Ernährungserziehungsprojekten mitmachen würden, wenn sie gratis sind, von der Zeit her eher am späten Nachmittag sind und interessant und vielseitig aufbereitet sind.

4.4. Einschätzungen zum Ernährungsstatus der Kindergartenkinder

4.4.1. Mangelernährung

Mangelernährung verursacht ernährungsbedingte Entwicklungsstörungen, bzw. -verzögerungen bei Kindern. Ob ein Kind über-, untergewichtig oder normalgewichtig ist, war für die meisten Befragten sehr schwierig zu beantworten. Viele gaben an, dass ca. 1 bis 4 Kinder „vielleicht“ übergewichtig sind, aber eben nicht so viele. Und jene Kinder sind auch nicht dick, sondern nur ein bisschen moppelig, aber nicht extrem übergewichtig.

„Ja ein paar vielleicht. Wenn ich die jetzt mal so durchgehe, dann sind ein paar einzelne vielleicht schon übergewichtig.“ (ID21, Zeile 295-296)

„Untergewichtig würde mir jetzt gar keiner einfallen. Ich glaube, dass es bei uns ziemlich gut läuft. Natürlich sind ein paar dabei die ein bisschen pummelig sind oder so, aber das ich jetzt sage „Ich hab ein super dickes Kind“ oder so, oder eines das fast Magersüchtig ist, oder untergewichtig, so ist es nicht. Die sind normal.“ (ID23, Zeile 255-259)

Tabelle 29 gibt einen kurzen Überblick über die häufigsten Aussagen in Bezug auf die Fragestellung „Wie viele Kinder schätzen sie als mangelernährt ein?“

Tabelle 29: Einschätzung von Übergewicht, Untergewicht, Normalgewicht	
Nennungen	N*
• übergewichtig nicht so viele, 1 bis 4 übergewichtige vielleicht	18
• die sind alle eigentlich normal	7
• Untergewichtige gar keine	6
• ein paar untergewichtige vielleicht	6
• mangelernährt ja, da sind sicher einige dabei	4
• übergewichtig gar keine	2
• Übergewichtige haben wir sicherlich mehr	2
N* = Nennungshäufigkeit	

„Also, wir haben auch viele die sind normalgewichtig, aber essen nur Käse. Also da wissen wir von den Eltern zu Hause, die essen jeden Abend ein Sackerl Chips. Was aber normal ist für die Eltern.“ (ID6, 87)

„Nicht unbedingt mangelernährt. Es gibt die, die zwar auch genug essen, aber trotzdem sehr dünn sind, weil sie sich auch hauptsächlich gesund ernähren. Die eben viel Obst essen und Gemüse. Und dann gibt es halt einige, die oft zur xy-Firma gehen, sag ich jetzt mal. Und das sieht man dann auch.“ (ID7, Zeile 314-318)

4.4.2. Nährstoff- und Vitaminversorgung

Die Einschätzungen der Kindergartenpädagoginnen zum Ernährungsstatus der Kinder sind sehr unterschiedlich. Die meisten denken, dass durch die Ernährung im Kindergarten die Versorgung ausreichend gedeckt ist, aber zu Hause durch das elterliche Ernährungsverhalten und Speisenangebot, eher weniger.

„Im Kindergarten ja, aber zu Hause glaube ich eher nicht. Also nicht wirklich. Eher weniger.“ (ID18, Zeile 230-231)

„Mit richtigen Vitaminen nicht. Das heißt, ich meine mit richtig ein Vitamin was nicht durch, ganz grob gesagt, durch Tabletten zu nehmen.“ (ID15, Zeile 385-386)

„Ja, durch uns. Weil sie hier die ganze Woche essen und drei Mahlzeiten am Tag hier bekommen. Also jetzt glaub ich schon. Aber rein von zu Hause nicht. Wir haben ja deshalb unsere Jause umgestellt. Denn früher hatten sie es von zu Hause mit und wir hatten Kinder, die hatten ein Sackerl Gummibärchen als Jause mit, wir hatten Kinder, die haben zum Frühstück von der xy-Firma was mitgehabt... und darum haben wir gesagt „Aus“.“ (ID6, Zeile 324-330)

Folgende Aussagen (Tabelle 30) wurden von den Kindergartenpädagoginnen am häufigsten wiedergegeben. Die Fragestellung lautete „Glauben Sie, dass die Kinder ausreichend mit Vitaminen und Nährstoffen versorgt sind?“

Tabelle 30: Einschätzung der Nährstoff- und Vitaminversorgung	
Nennungen	N*
• Untertags im Kindergarten schon.	9
• Nein, eher weniger.	9
• Wir versuchen unseren Beitrag dazu zu leisten, durch Obst, Gemüse, gesunde Jause etc.	8
• Von zu Hause aus teils teils.	4
• Ja, schon.	3
• Rein von zu Hause her nicht.	3
• mit „richtigen“ Vitaminen nicht, eher mit Tabletten	2
N* = Nennungshäufigkeit	

4.4.3. Zusammenfassung der Kategorie Ernährungsstatus

Die Einschätzung des Körpergewichts und der Nährstoff- und Vitaminversorgung der Kinder ist für die Betreuerinnen und für die Eltern sehr schwierig. Sie haben eine enge Beziehung zum Kind und übersehen oft das stetig steigende Gewicht. Ist ein Kind eher dünn, dann wird, wenn es trotzdem genug isst, nicht so viel darauf geachtet. Ist ein Kind moppelig, wird das meist überspielt und auch nicht beachtet.

Wie schon im Theorieteil in Kapitel 2.2.2. berichtet, sind 10 % der Vorschulkinder übergewichtig und 6 % der Buben und 3 % der Mädchen sogar adipös. [ELMADFA et al., 2003, Seite11-27]

Würden die Pädagoginnen und Eltern eine Mangelernährung eher feststellen, würde es vielleicht auch nicht so einen starken Anstieg der übergewichtigen Kleinkinder geben. Die Einschätzung vom Idealgewicht ist sicher auch kulturabhängig, weshalb dieser Aspekt auch nicht außer Acht gelassen werden darf. Sowohl Pädagoginnen, als auch Eltern, müssten geschult werden, um negative körperliche Veränderungen der Kinder bewusst einschätzen und gegebenenfalls Schritte zu einer Verbesserung einleiten zu können.

4.5. Wissensstand über Ernährungserziehung von Kindern

4.5.1. Ausbildung zur Kindergartenpädagogin

Die verschiedenen Ausbildungsmöglichkeiten zur Kindergartenpädagogin in Österreich wurden im Theorieteil (Kapitel 2.4.) schon behandelt und genauer unter die Lupe genommen. Tabelle 31 gibt eine Übersicht über die diversen Ausbildungswege der interviewten Personen.

Tabelle 31: Ausbildungswege der Interviewpersonen	
Nennungen	N*
• Ausbildung zur Kindergartenpädagogin, 5-jährige BAKIP mit Matura	13
• 4-jährige BAKIP nach der Unterstufe, ohne Matura	6
• Externistenkurs (neben der Arbeit), nach der Matura	2
• Ausbildung zur Kindergartenpädagogin in Ungarn, mit Matura	1
• 3-jährige Ausbildung in England auf der xy-Universität, nach der Matura	1
• Handarbeitslehrerin (Assistentin)	1
• 4-semesteriges Kolleg für Kindergartenpädagogik, nach der Matura	1
• Köchin	1
N* = Nennungshäufigkeit	
Da auch eine Assistentin und eine Köchin bei den Interviews dabei waren, werden auch ihre Ausbildungswege dargestellt.	

„Ja, das ist die Pädagogenausbildung. Ich habe meine in England gemacht. Die Ausbildung zur Preschool. Die befasst sich mit Childcare, so heißt das. [...] Also, das ist eine 3-jährige Ausbildung, auf der xy-Universität gewesen. Ich bin dort auf einer Universität gewesen. Und maturiert habe ich hier in Wien.“ (ID5, Zeile 322-324, 331-333)

„Ich bin ausgebildete Kindergärtnerin. Ich habe die Volksschule und dann die Hauptschule gemacht. Dann habe ich das Oberstufengymnasium gemacht und dann

nachher habe ich die Externistenprüfung gemacht nach der Matura, aber nebenbei gearbeitet.“ (ID14, Zeile 439-444)

Insgesamt lässt sich feststellen, dass von den interviewten Frauen 13 die 5-jährige Bundesanstalt für Kindergartenpädagogik besuchten und dort auch die Matura absolvierten. 6 Interviewpartner gaben an die 4-jährige BAKIP gemacht zu haben. Das waren speziell die älteren Kindergartenpädagoginnen. Früher war die Ausbildung nur 4-jährig, dafür aber ohne Matura. 2 Kindergartenpädagoginnen machten einen Externistenkurs zur Kindergartenpädagogin neben der Arbeit. Eine Frau besuchte nach der Matura ein 4-semesteriges Kolleg für Kindergartenpädagogik. 2 Frauen machten ihre Ausbildung im Ausland. Unter den interviewten Frauen war nur eine Assistentin dabei. Diese absolvierte eine Ausbildung zur Handarbeitslehrerin, hat somit pädagogische Kompetenzen vorzulegen.

In Kapitel 2.4.2.2. wurden die jeweiligen gesundheitsfördernden Fächer der 5-jährigen BAKIP betrachtet. Schon im Theorieteil war ersichtlich, dass dem Thema „Ernährung und Ernährungserziehung“ in den jeweiligen Ausbildungen zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird. Auch die Kindergartenpädagoginnen sind sich dessen bewusst. Tabelle 32 zeigt deren Ansichten.

Tabelle 32: Wurde das Thema „Ernährung, Ernährungserziehung“ in der Ausbildung behandelt?	
Nennungen	N*
• Ja, relativ ausführlich	7
• Nein, das war überhaupt kein Thema	7
• Ja, durchgemacht wurde es schon, aber zu wenig und zu ungenau.	7
• Wir haben nur so Sachen gekocht, aber Theorie nicht wirklich.	5
N* = Nennungshäufigkeit	

Nur 7 Interviewpartner gaben an, dass sie diese Themen ausführlich während ihrer Ausbildung durchgenommen haben. Davon sind 2, die ihre Ausbildung im Ausland (England und Ungarn) absolviert haben.

„In England waren das ca. 16 Stunden pro Woche. Also viel mehr als in Österreich. Dort legen sie schon sehr viel Wert auf den sozialen Bereich und auf Ernährung.“ (ID5, Zeile 361-363)

„Ja, ja. Ich glaube da haben wir die richtige Lehrerin gehabt. (lacht) Ja.“ (ID15, Zeile 429)

Bei anderen 7 Personen war das überhaupt kein Thema. Da wurde im Zuge der Ausbildung auf diese Themen nicht eingegangen.

„Nein, gar nicht. Das war überhaupt kein Thema. Also bei mir nicht.“ (ID6, 106)

„Nein. Das war kein Thema.“ (ID11, Zeile 350)

12 Kindergartenpädagoginnen haben gewisse Ernährungsthemen durchgemacht, entweder kurz in einem Theorieteil oder in praktischen Einheiten, fühlen sich aber zu wenig informiert. Hier wurden Ernährungserziehung und alle Bereiche die dazu gehören, zu ungenau oder teilweise überhaupt nicht gelehrt.

„Also ich habe im ersten Schuljahr Kochen gehabt, wo ich dann eben das Kochbuch kopiert habe, wo die Rezepte kindgerecht aufgeschrieben sind. Aber so Theorie eigentlich nichts.“ (ID12, Zeile 129-131)

„Also gemacht haben wir die Ernährungspyramide und teilweise ein paar Spiele, oder wie man die gesunde Ernährung den Kindern nahe bringen kann. Aber das hätte alles genauer, detailreicher sein können. Es war eben eher wenig.“ (ID13, Zeile 401-404)

An diesen Untersuchungsergebnissen sieht man, dass speziell im Bereich Ernährung und Ernährungserziehung, die Ausbildung mehr theoretische und praktische Einheiten bieten müsste.

4.5.2. Wissensaneignung durch Weiterbildungen

Da sich der Lebensstil und die Lebensumstände in der Gesellschaft und somit auch bei den Kindern laufend ändern, ist es wichtig ständig Weiterbildungen auf dem Gebiet zu besuchen. Nur wer am Ball bleibt, kann auch etwas mit Ernährungserziehung erreichen.

Nur wirklich interessierte, motivierte und engagierte Kindergartenpädagoginnen finden Zeit und bilden sich im Bereich Gesundheitsförderung weiter. [METHFESSL, 2009]

Von den gesamten Befragten haben nur 7 einen Kurs oder mehrere Kurse über „Gesunde Ernährung“ besucht.

„Verschiedene Kurse habe ich besucht und wie gesagt auch „Gesunde Ernährung“.“ (ID1, Zeile 238-239)

5 Frauen gefiel die Weiterbildung sehr gut und sie konnten ihr Wissen über Ernährungserziehung im Kindergarten dadurch erweitern.

„Ja, der Kurs war super. Ganz toll!“ (ID1, Zeile 260)

„Ja, ich denke schon. Aber es gibt immer was zu lernen. Es gibt so vieles.“ (ID2, Zeile 251)

Nur 2 bemängelten das Fortbildungsseminar, das sie gemacht haben.

„Naja, dieser Kurs hat sicher nicht länger als 6 Stunden gedauert. Ich glaube der hat „Richtige Ernährung im Kindergarten“ geheißen oder so irgendwie. Da wurde durchgemacht wie man mit den Kinder... Wie man den Kindern alles Mögliche über das richtige Essen und so beibringt. Da war dann aber auch Zahnhygiene dabei, glaube ich.“ (ID17, Zeile 315-319)

2 Kindergärten gaben an, ihre Köchin in einen Kurs zu gesunder Ernährung und Hygiene geschickt zu haben.

„Nein, ich nicht. Aber wir haben unsere Köchin in die Fortbildung geschickt, quasi. Die hat eine Fortbildung zum Thema Ernährung gemacht. Sie hat eine Weiterbildung zum Thema Hygiene und eine zum Thema Ernährung gemacht.“ (ID6, Zeile 410-413)

Die restlichen haben diverse Kurse, Seminare oder Workshops über diverse Bildungsbereiche, die den Kindergartenalltag betreffen, besucht. Einige Weiterbildungen die häufig gemacht wurden sind z.B. Reggio-Pädagogik, Motopädagogik für die Krippe, Montessorikurs, Minimath, Erste Hilfe Kurse, Deutsch

im Vorschulalter, Englisch für Kindergartenkinder, Konflikt- und Friedenspädagogik, Elternarbeit, Tanzkurs, Naturjahreszyklus, Leiterinnenseminar, Experimenteküche, religiöse Erziehung, Bewegung und Sport, Schwimmausbildung.

Die Ernährungsakademie wurde von keiner der Kindergartenpädagoginnen besucht. Viele wussten gar nicht was das für eine Fortbildung ist und wo die angeboten wird. Gründe für einen Nichtbesuch von Fortbildungen zum Thema Ernährungserziehung könnten folgende sein: Entweder wird es in den Kursbüchern nicht angeboten, die Fortbildungen finden in der Freizeit statt und dafür reicht die Zeit nicht aus oder die Erzieherinnen fühlen sich ausreichend informiert über das Thema.

4.5.3. Wissenserweiterung durch Selbstinitiativen

Nicht nur die Grundausbildung und Weiterbildungsseminare und Workshops sind für eine Wissenserweiterung wichtig. Viele Kindergartenpädagoginnen erweitern durch Bücher und Internet ihr Wissen über Ernährung von Kindern. Viele tauschen sich auch mit Kolleginnen/Kollegen oder Bekannten und Verwandten über dieses Thema aus. Tabelle 33 stellt einen Überblick über die diversen Quellen auf.

Tabelle 33: Wissensaneignung	
Nennungen	N*
• aus Büchern (Kochbücher, Literaturbücher über Ernährung)	14
• aus dem Internet	11
• durch Austausch mit Kolleginnen und Kollegen, durch Freundeskreis, Bekannten- und Verwandtenkreis	6
• aus diversen Projekten (z.B. MOGI)	4
• aus dem Fernsehen (Dokumentationen)	2
• durch eine Ernährungsberaterin	2
• durch eigene Kinder	2
• Ich muss aus gesundheitlichen Gründen auf meine Ernährung achten.	2
• Ich bin so aufgewachsen.	1
N* = Nennungshäufigkeit	

Bei all diesen Wegen der selbstständigen Wissensaneignung, ohne spezielle Fachkräfte und evidenzbasierten Aussagen, muss die Qualität des Wissens über Ernährungserziehung bedacht werden.

4.5.4. Einschätzung des Wissensstandes

Grundsätzlich denken viele Betreuerinnen, dass ihr Wissen über Ernährungserziehung von Kindern ziemlich gut bzw. mittelmäßig ist.

„Ja, ich sage jetzt es ist nicht klein aber auch nicht groß. Ich würde sagen so mittelmäßig. Also ich weiß sicher noch nicht alles.“ (ID16, Zeile 303-304)

Sie wissen aber auch, dass eine ständige Erweiterung des Wissens nötig ist, um den Kindern ein optimales Ernährungsverhalten zu lehren.

„Gut. Wir haben uns da wirklich informiert. [...] Wir sind auch gerade deshalb der Meinung, dass es besonders bei den Kindern sehr wichtig ist da anzusetzen. Weil da kann man noch so viel beeinflussen und verändern, was halt später schwierig ist. Ich denke schon, dass wir gut informiert sind.“ (ID6, 104)

„Mittlerweile. Also das ist mittlerweile, seitdem ich selber eine Tochter habe... Eigentlich schon gut, weil ich also mir selber auch Bücher über Ernährung und die Richtung geholt habe. [...] Also ich glaub schon, dass ich jetzt mehr habe als früher, weil es mich jetzt eben selber privat auch interessiert.“ (ID 19, 100)

Wie der allgemeine Wissenstand der Erzieherinnen ist, ist in Tabelle 34 veranschaulicht.

Tabelle 34: Wissenstand der Kindergartenpädagoginnen zur Ernährungserziehung von Kindern	
Nennungen	N*
• Ich denke schon, dass ich mich auskenne.	13
• Mittelmäßig.	7
• Also man lernt nie aus. Man kann immer was Neues dazulernen.	5
• Mein persönliches Wissen ist sicherlich noch ausbaufähig.	4
• Nicht so gut. Eher weniger.	4
N* = Nennungshäufigkeit	

4.5.5. Weiterbildungswünsche

Die Frage der Weiterbildungswünsche (Tabelle 35), möchte herausfinden, in welche Richtung sich die Pädagoginnen weiterbilden wollen. Wie man sieht, sind die gewünschten Weiterbildungsbereiche breit gefächert. Doch vor allem Ernährungs- und Bewegungsthemen sind sehr gefragt. Vielleicht hängt dies aber auch nur mit der Thematik des Interviews zusammen.

8 Pädagoginnen gaben an, dass die Arbeit mit den Eltern manchmal sehr schwierig ist und deshalb ein Seminar über Elternarbeit sehr hilfreich wäre. Also wie führt man Elterngespräche bzw. Problemgespräche richtig, wie kann man Eltern zu gesunder Ernährung motivieren?

„Ja, zum Beispiel gesunde Ernährung wäre für mich schon sehr interessant. Also wie man es zum Beispiel den Eltern besser nahe bringt.“ (ID8, Zeile 543-544)

5 Kindergartenbetreuerinnen wünschen sich Kurse und Seminare, wie man Kindern das Thema gesunde Ernährung spielerisch beibringen kann.

„Wenn es da so Seminare gäbe oder so. Einfaches kochen mit Kindern, oder so irgendwas.“ (ID19, Zeile 371-372)

„Eben auch gesunde Ernährung und wie wir es den Kindern im Kindergarten beibringen können.“ (ID5, Zeile 368-369)

Tabelle 35: Weiterbildungswünsche	
Nennungen	N*
<ul style="list-style-type: none"> • Elternarbeit - Wie führe ich Elterngespräche/Problemgespräche richtig? Wie bereite ich Elternabende vor? Wie können Eltern zu gesunder Ernährung motiviert werden? 	8
<ul style="list-style-type: none"> • Wie man gesunde Ernährung den Kindern spielerisch beibringt. Einfaches Kochen mit Kindern. 	5
<ul style="list-style-type: none"> • Motopädagogik - Bewegung im Kindergarten, Rhythmikeinheiten 	5
<ul style="list-style-type: none"> • Leiterinnenseminar/ -bildung, Kolleginnenaustausch 	3
<ul style="list-style-type: none"> • Buchhaltung und Rechtswesen 	2
<ul style="list-style-type: none"> • Logopädiekurse, Sprachförderung 	2
<ul style="list-style-type: none"> • Sonderpädagogik 	2
<ul style="list-style-type: none"> • Was zu einem gesunden Leben alles dazugehört 	1
<ul style="list-style-type: none"> • Ernährungsakademie 	1
<ul style="list-style-type: none"> • Weiteres: Physiotherapie, Montessori, religiöse Erziehung, Supervisor, Allgemeinpädagogik (man verlernt so vieles), Vorschularbeit, kreatives Gestalten (neue Bastelarten, Bastelanregungen), der Umgang mit ADHS-Kindern 	8
N* = Nennungshäufigkeit	

Doch auch Weiterbildungen im Bereich Bewegung, Turnen, Rhythmik etc. sind sehr gefragt. 5 Erzieherinnen möchten sich auch in diese Richtung weiterbilden.

„Workshops oder Seminare zu gesunder Ernährung und Sport, Turnen.“ (ID9, Zeile 296)

„Den Alltag meistern ohne Turnsaal oder so. Weil ich habe als Schwerpunkt ja Bewegung.“ (ID23, Zeile 301-302)

4 Kindergartenpädagoginnen gaben an, dass das Angebot sehr vielseitig ist, dass man die Kurse und Seminare nur auch annehmen müsste. Auch die Umsetzung des Gelernten im Kindergartenalltag fällt einigen schwer.

„Da gibt es eigentlich zu jedem Thema die Möglichkeit sich weiterzubilden, zu informieren. Die Schwierigkeit ist, wenn man so Seminare gemacht hat, aus dem

*Strudel, der Routine rauszukommen und das neu erlernte dann auch anzuwenden.“
(ID10, Zeile 471-474)*

Einige wenige gaben auch an, dass es einfach auch an der Zeit liegt, dass nicht so viele interessante Kurse besucht werden können. Meistens finden Kurse eben in der Freizeit am Wochenende statt und auch Erzieherinnen brauchen Ruhe- und Erholungsmöglichkeiten.

„Das ist irrsinnig interessant, hilft mir auch sehr viel weiter. Nur es ist natürlich in meiner Freizeit und das ist natürlich schon sehr viel. Und Seminare in der Arbeitszeit haben wir sowieso keine. [...] Das in der Freizeit zu machen ist schon ziemlich aufwendig, wenn man 40 Stunden arbeitet und dann noch Seminare machen muss und eine Familie dann auch noch hat. Das ist schon sehr anstrengend. Das lässt sich fast nicht vereinbaren.“ (ID8, Zeile 530-539)

4.5.6. Zusammenfassung der Kategorie Wissensstand

Zusammengefasst lässt sich feststellen, dass von denjenigen, die ihre Ausbildung in Österreich absolviert haben, nur 5 Interviewpartnerinnen mit der Behandlung des Themas Ernährung und Ernährungserziehung von Kindern zufrieden waren. Alle anderen fühlen sich nicht ausreichend, bzw. gar nicht belehrt. Aktuell liegt es vor allem an den Pädagogen selbst, sich über Ernährungserziehung im Kindergarten durch Selbstinitiativen zu informieren und ihr Wissen auszubauen. Sie sehen auch selbst ein, dass das Thema eine ständige Wissenserweiterung benötigt. Gesetzlich gibt es keine Erwähnung, dass sie in gewissen Zeitabständen Fortbildungen zum Thema machen müssen. Auch im Bildungsplan wird Ernährung nicht explizit erwähnt.

Der Meinung der Autorin nach, müsste Ernährungserziehung im Lehrplan der BAKIP theoretisch und praktisch mehr integriert werden. Außerdem müssten Fortbildungsmaßnahmen die von Spezialisten geleitet werden, in gewissen Zeitabständen für jede Kindergartenpädagogin festgelegt werden, da sich Lebensstil und Ernährungsverhalten schnell ändern. So könnte die Gefährdung der falschen Wissensaneignung, durch Internet, Fernsehen oder Austausch mit Bekannten, Verwandten oder Kolleginnen/Kollegen, verhindert werden.

4.6. Änderungswünsche der Kindergartenpädagoginnen

4.6.1. Zufriedenheit im Job

Nur zufriedene Mitarbeiter bringen sich in den Kindergartenalltag ein, tragen zu positiven Veränderungen bei und setzen die pädagogischen Prinzipien in guter Qualität um. Daher wurde gefragt, was den Kindergärtenpädagoginnen besonders gut an ihrer Einrichtung gefällt. Tabelle 36 zeigt einen Überblick der häufigsten Antworten.

Tabelle 36: Das gefällt den Kindergärtnerinnen besonders gut an ihrer Einrichtung...	
Nennungen	N*
• der Teamzusammenhalt	14
• die Räumlichkeiten (das große Platzangebot, der große Garten, etc.)	10
• der familiäre Charakter des Kindergartens, der Wohlfühlcharakter	7
• die freie Entscheidung, was man wann und wie tun kann	6
• das Publikum (das Einzugsgebiet, die Eltern, Kinder)	4
• die vielfältigen Aufgabenbereiche (abwechslungsreiche und spannende Arbeit)	3
• das vielfältige Angebot, die vielen Aktivitäten	3
• der offene Betrieb (die Kinder können sich in der ganzen Einrichtung frei bewegen)	1
N* = Nennungshäufigkeit	

Von den 26 Interviewpartnerinnen war keine einzige dabei, die mit ihrem Job extrem unzufrieden wäre. Besonders der Zusammenhalt im Team ist eine wichtige Voraussetzung für einen gut funktionierenden Kindergartenalltag.

„Die große Vielfalt die wir zu bieten haben, an Sprachen und Menschen und das es einfach super funktioniert hier mit dem Zusammenarbeiten mit dem Team, den Eltern und den Kindern, die viele Möglichkeiten die wir den Kindern hier einfach bieten können

durch diverse Räumlichkeiten, dem Garten, die Umgebung und so.“ (ID17, Zeile 329-333)

Besonders wichtig ist auch der familiäre Charakter der Kindergärten. Nur in einer Wohlfühlgegend können sich Kinder frei entfalten. Eltern und auch Pädagoginnen schätzen diese familiäre Atmosphäre.

„Fast alles eigentlich (lacht). Ich komm extrem gut zurecht mit den Kolleginnen. Ich meine, ich bin rein gekommen... Es ist zwar kein schönes Haus weil es schon alt ist, aber ich habe mich sofort wohl gefühlt. Es ist einfach familiär und das war mir wichtig. Ich bin einfach ein Familienmensch.“ (ID23, Zeile 310-314)

„Die familiäre Ausstrahlung. Das ist auch für mich als Leiterin und Kindergartenpädagogin wichtig. Dann das freundliche Team, aber auch das Publikum, die Eltern, die Kinder. Die sind zur Zusammenarbeit bereit.“ (ID15, Zeile 452-454)

4.6.2. Änderungsbedarf in die Ausbildung

Um die Qualität der Ausbildung verbessern zu können, wurde direkt an der Quelle nachgefragt welche Änderungen nötig wären. Folgende Veränderungswünsche an die Kindergartenpädagogen-Ausbildung gaben die Erzieherinnen an (Tabelle 37).

Tabelle 37: Anforderungen der Erzieherinnen zur Änderung	
Nennungen	N*
• Mehr Praxisstunden.	11
• Das Thema Gesundheit, gesunde Ernährung mehr integrieren, mehr Informationen dazu, mehr praktische Einheiten (Kochen, Verkostungen etc.).	7
• Mehr Praxis und Übungen im Umgang mit Eltern. Elternarbeit. Problemgespräche meistern. Rechtliches. Wie weit darf man sich einmischen in die Privatsphäre, in das Privatleben der Familien.	5
• Die Administration fehlt komplett. Z.B. Büroarbeit, Buchhaltung, Administration, Betriebswirtschaftslehre.	2
• Viele machen die Schule nur wegen der Matura und gehen dann doch nicht in den Beruf. Das müsste ausselektiert werden. Die	2

nehmen den anderen, die gerne den Beruf machen würden die Plätze weg.	
<ul style="list-style-type: none"> • Weniger Informatik und dafür wieder mehr pädagogische Sachen. 	2
<ul style="list-style-type: none"> • Hochschulniveau mit besser ausgebildeten Praxislehrerinnen, die immer auf dem neuesten Stand sind. 	1
N* = Nennungshäufigkeit	

Die meisten Kindergartenpädagoginnen wünschen sich viel mehr Praxisstunden. In der Ausbildung lernt man nur mit Kleingruppen zu arbeiten und im Kindergartenalltag wird man auf 25 Kinder losgelassen. Das ist einfach zu viel. Eine Eingewöhnungsphase in den Arbeitsalltag, nach Abschluss der Pädagogenausbildung, wäre wünschenswert.

„Also ich würde mir wünschen, dass die Kindergärtnerinnen, die jetzt ausgebildet werden, mehr Praxis machen und vor allem... Die lernen in Wirklichkeit nur mit Gruppen zu arbeiten und dann werden sie eigentlich losgelassen auf 25 Kinder und die schaffen das einfach nicht. [...] Aber 25 Kinder sind für die einfach zu viel. Weil sie mit so vielen Kindern einfach nicht arbeiten lernen. [...] Also die Praxis fehlt ihnen schon sehr. [...] Wenn sie da mehr Praxis machen würden und mit einer Kindergärtnerin zusammenarbeiten würden, dass sie sehen was da geschieht, das wäre super.“ (ID8, Zeile 500-516)

Viele waren sich auch bewusst, dass das Thema Gesundheit und Ernährung mehr integriert werden muss. Es müssten mehr theoretische und praktische Einheiten stattfinden, mehr Informationen dazu geben, mehr Kocheinheiten etc. Im Rahmen der Kollegausbildung wird die Thematik noch weniger behandelt. Doch müssten nicht alle Ausbildungswege dieselben pädagogischen Bereiche abdecken? Egal welche Ausbildung zur Kindergartenpädagogin man macht, die pädagogischen Bildungsbereiche müssten für alle Ausbildungswege gleich sein.

„Es geht in der Ausbildung vorwiegend um die Gestaltung der Mahlzeiten. Das ist natürlich auch wichtig. Also die Atmosphäre, die Tischdekoration, das man gemeinsam mit den Kindern den Tisch deckt, dieses Gemeinschaftsgefühl das vermittelt wird. Aber was wirklich wichtig ist, welche Produkte, welche Speisen und so, das hab ich nicht gelernt.“ (ID11, Zeile 353-358)

„Und die Ernährung war auch eigentlich nie wirklich ein Thema. Es gab Kochen. Wir hatten das Unterrichtsfach „Kochen“ [...] Meine Schwester hat das Kolleg gemacht und die hatte noch viel weniger Informationen als ich. Also ihre Ausbildung war gegen meine wirklich noch schlechter. [...] Wir haben im Kochunterricht schon gelernt, wie man mit den Kindern Aufstriche macht, aber gesunde Ernährung war überhaupt kein Thema. Also im Kochunterricht, da haben wir gelernt wie man Schnitzel macht und so.“ (ID6, Zeile 397-405)

Doch auch im Bereich der Elternarbeit, der Umgang mit Problemgesprächen und das Rechtliche, wie weit man sich in deren Privatsphäre einmischen darf, sind Bereiche die in der Ausbildung mehr integriert sein müssten. Denn Kindergartenpädagoginnen sind jeden Tag mit den Eltern in Kontakt. Auf gewisse Problemsituationen müssen sie besser vorbereitet und geschult werden.

„Mehr Praxis, Kommunikationsseminare in Bezug auf Elterngespräche, auch Gesprächsführung. [...] Man hat nämlich nicht die Möglichkeit im Zuge der Ausbildung Elterngespräche zu üben, weil man einfach in der Praxis nur Beobachter ist. [...] aber mit den Eltern hat man nicht wirklich Kontakt und das war für mich zum Beispiel ein Punkt wo ich echt Angst davor gehabt habe, damals kurz vor der Abschlussprüfung. Und vor allem wie weit man sich in das Privatleben, in die Privatsphäre einmischen darf und wie gehe ich damit um, wenn mich jemand angreift aus seiner eigenen Wut oder Verärgerung heraus. [...] Das wäre wirklich ein Punkt wo ich sagen würde, das es das braucht.“ (ID10, Zeile 450-463)

„Ich bin der Meinung, dass an sich mehr Informationen kommen sollten. Also Information die absolut fehlt, oder Praxis und Übungen die absolut fehlen, sind die im Umgang mit den Eltern, vor allem was ganz in unserer Ausbildung verschwiegen wurde, waren Problemfälle. Also es gab niemals irgendwelche Fortbildungen oder Schulungen im Zuge unserer Ausbildung mit Problemelterngesprächen, eben was ist... Ein Kind ist zu dick. Ein Kind ist ungepflegt. Die Mutter trinkt. So etwas ist einfach Thema in einem Kindergarten und wir haben genug Kinder betreut. Da ist immer wieder mal wer dabei, der Schwierigkeiten hat. [...] Also da sind wir Null ausgebildet für Problemgespräche.“ (ID6, Zeile 383-393)

Falls eine Kindergartenpädagogin irgendwann einmal Leiterin eines Kindergartens wird, ist sie, laut den Aussagen, auf sich allein gestellt. Denn das Administrative fehlt in der Ausbildung komplett. Z.B. fehlen Buchhaltung und diverse Büroarbeiten, die man als Leiterin machen muss. Aber auch das Thema gesunde Ernährung fällt in diesen Bereich, da oft die Leiterinnen darüber entscheiden welche Speisen auf den Tisch kommen und wie die Portionsgröße sein sollten.

„Naja, vielleicht ist es als Pädagogin noch nicht so wichtig, weil die Entscheidung dann die Leitung trifft. In diesem Fall habe ich aber heuer die Entscheidung treffen müssen und dann habe ich mich schon oft gefragt „Naja, ich weiß jetzt nicht wie viel Fleisch soll ein 3-jähriges Kind pro Woche essen?“. Das hätte ich gerne gewusst. Oder gibt es einen Obst- und Gemüsekonsum wo man dann sagt „Das ist jetzt aber schon grenzwertig, wenn die das jeden Tag essen“. Diese Informationen fehlen mir.“ (ID11, Zeile 358-365)

„Mehr dieses Betriebswirtschaftslehre, also... Betriebswirtschaftslehre ist in unserer Ausbildung gar nichts, wo ich jetzt sagen würde, dass das ein gutes Standbein wäre. So Sachen die wichtig sind wenn man dann vielleicht einmal Leiterin wird. Auch dann später einmal als Kindergärtnerin, wenn man Abrechnungen und diese ganzen Sachen machen muss. Und auch die Rechte, das Rechtliche.“ (ID15, Zeile 435-441)

4.6.3. Änderungswünsche im Bereich Ernährung und Bewegung

Um eventuelle Änderungen im Gesundheitsförderungsbereich vornehmen zu können, ist es wichtig, vor Ort Vorschläge zu holen. Wer wüsste besser welche Änderungen sinnvoll wären als die Kindergartenpädagoginnen selbst. Diejenigen die 5 Tage die Woche ihren Arbeitstag im Kindergarten verbringen und die jeweiligen Umstände live miterleben. Die nachstehende Tabelle 38 gibt Änderungsvorschläge, in Bezug auf Ernährung und Bewegung, der Kindergartenpädagoginnen wieder. Ein optimales Gesundheitsbewusstsein ist nämlich nur durch die Kombination von Ernährung und Bewegung möglich. Welche Veränderungen müssten in diesen Bereichen in Kindertagesstätten stattfinden?

Tabelle 38: Änderungswünsche in Bezug auf Ernährung und Bewegung	
Nennungen	N*
<ul style="list-style-type: none"> Mehr Informationen für Eltern. Gratisseminare für Eltern und Kinder. Eltern für gesunde Ernährung verpflichten. 	14
<ul style="list-style-type: none"> Mehr Bewegungsmöglichkeiten für die Kinder. Z.B. einen Bewegungsraum/Turnsaal, bzw. diesen vergrößern, ausgestattet mit Ringen, Bällen, Matten etc. Mehr Bewegungseinheiten etc. 	13
<ul style="list-style-type: none"> Einen eigenen Garten für Bewegungseinheiten, zur Gestaltung von Gemüse und Kräuterbeeten, den Garten vergrößern. 	10
<ul style="list-style-type: none"> Mehr Budget für gesunde Ernährung und Bewegung im Kindergarten investieren. Gesundes Essen billiger machen. 	4
<ul style="list-style-type: none"> Mehr Ernährungserziehungsprojekte in Zusammenarbeit mit ausgebildeten Ernährungswissenschaftlern, Studenten oder anderen Spezialisten. Gezielte Schulungen für Pädagogen/Pädagoginnen, Eltern und Kinder. 	2
<ul style="list-style-type: none"> Eine offene Jause. Eine Obstjause in jedem Kindergarten. 	3
<ul style="list-style-type: none"> Einen Koch in jedem Kindergarten, der jeden Tag frisch und gesund kocht, bzw. eine Gehilfen oder einen Gehilfen. 	2
<ul style="list-style-type: none"> Einen Speiseraum für den Kindergarten 	1
<ul style="list-style-type: none"> Ein bewussterer Umgang mit Lebensmitteln, Nachhaltigkeit etc. 	1
<ul style="list-style-type: none"> Eine Küche, bzw. die Küche praktischer einrichten. 	1
N* = Nennungshäufigkeit	

Die Erzieherinnen sind sich bewusst, dass für einen gesunden Lebensstil sowohl ein gesundes Ernährungsverhalten, der Nachhaltige Umgang mit Lebensmitteln, als auch ein gesundes Bewegungsverhalten nötig sind.

„[...] ich würde mir wünschen, dass die Pädagoginnen oder Pädagogen auch dort bewusst mit Nahrungsmitteln umgehen und eben nicht verschwenderisch sind und das sie darauf schon achten und den Kindern auch frisches Obst und Gemüse, eine ausgewogene Ernährung anbieten. [...] Und vielleicht auch, dass in jedem Kindergarten einmal im Jahr oder so, ein geleitetes Ernährungsprojekt, von eben Ernährungswissenschaftlern oder Leuten die in diese Richtung eine Ausbildung haben, gemacht wird. [...] damit da auch ein Austausch entsteht. [...] Das da die

Zusammenarbeit einfach besser funktioniert und das man da gemeinsam Projekte macht. (ID10, Zeile 558-571)

„Ich würde vielleicht beim Turnsaal mehr Geräte oder so kaufen. So einen Bock oder so, damit die Kinder ihre Grenzen einfach testen können.“ (ID23, Zeile 327-328)

„[...]Ich finde auch, dass die Eltern viel mehr informiert gehören über gesunde Ernährung.“ (ID1, Zeile 151-152)

4.6.4. Änderungswünsche in Hinsicht auf organisatorische und gesetzliche Bereiche

Auch in internen organisatorischen und gesetzlichen Rahmenbereichen sind Veränderungen nötig, um die Qualität der Wiener Kindergärten zu steigern. Vor allem ein höheres Budget für Erneuerungen, mehr qualifiziertes Personal, größere Räume und eine geringere Gruppenanzahl, wären hier von Nöten. Dass der Betreuungsschlüssel verändert werden muss, um ein qualitatives Betreuungsangebot schaffen zu können, wurde in Kapitel 2.3.2.8. schon erwähnt und durch die Interviewaussagen der Kindergartenpädagoginnen nochmals bestätigt.

„Wir könnten noch mehr Personal aufnehmen. Dann könnten wir noch mehr... Dann könnten wir, glaub ich, noch effizienter mit den Kindern arbeiten. Dann könnten wir noch mehr auf die einzelnen Kinder eingehen.“ (ID17, Zeile 341-343)

Die Zeit für eine optimale Zusammenarbeit mit den Eltern ist in den Kindergärten ein Problem und führt, wie schon erwähnt, zu zahlreichen Schwierigkeiten im Ernährungserziehungsbereich.

„Was ich mir wünschen würde, wäre mehr Zeit mit den Eltern, Möglichkeiten zu Elterngesprächen, zu entspannten Elterngesprächen. [...] Räumlich ist manches nicht möglich. [...] Man könnte einen großen Bewegungsraum haben. Wir haben zwar einen, aber das ist eben auch gleichzeitig der Speiseraum.“ (ID6, Zeile 475-481)

Folgende Änderungsbedürfnisse der Erzieherinnen, in Hinsicht auf organisatorische und gesetzliche Bereiche (Tabelle 39), wurden genannt.

Tabelle 39: Änderungswünsche der organisatorischen und gesetzlichen Bereiche	
Nennungen	N*
• Budget für Kindergärten erhöhen. Z.B. um Räumlichkeiten zu erneuern und Spielmaterialien aufzustocken.	17
• Mehr Personal und gut ausgebildete Assistenten/Assistentinnen.	10
• Mehr Räume, bzw. vergrößern, damit man mehr Platz hat.	6
• Geringere Kinderzahl pro Gruppe, Teil- oder Kleingruppen	5
• Bessere Arbeitsbedingungen für das Personal, auch bessere Strukturierung der internen Sachen, wie z.B. Urlaubsplan etc.	5
• Das ganze Bildungssystem von Grund auf ändern.	3
• Mehr Zeit für Gespräche. Elterngespräche, Elternabende, themenbezogene Informationsabende und auch mehr Zeit für Gespräche mit den Kolleginnen und Kollegen untereinander.	3
• Deutschkurse fix im Kindergarten von klein auf integrieren.	3
• Mehr Unterstützung für vor allem Privatkinder in Hinsicht auf Ansprechpartner in diversen Situationen	2
• Gratiskindergarten abschaffen. Das wird nur ausgenutzt.	2
• Mehr Ausflüge mit den Kindern.	2
• Diesen Boom des Fastfood-Essen reduzieren, xy-Firmen reduzieren.	1
• Fortbildungsseminare in der Dienstzeit.	1
• Bessere Bezahlung für Kindergartenpersonal.	1
N* = Nennungshäufigkeit	

4.6.5. Unterschiede in den Bedürfnissen zwischen privaten und staatlichen Kindergärten

Wie im Literaturteil (Kapitel 2.3.1.2. und 2.3.2.8.) schon erwähnt wurde, werden österreichische Kindergärten von privaten (Vereine, kirchliche Organisationen, Privatpersonen, Betriebe oder sonstige Stellen) und staatlichen Trägern (Bund, Länder, Gemeinden) unterstützt und finanziert. Im folgenden Ergebnis teil wird analysiert ob es Unterschiede in den Bedürfnissen zwischen den interviewten privaten und staatlichen Einrichtungen gibt. Tabelle 40 gibt einen Überblick über die jeweiligen Wünsche der Kindergartenpädagoginnen.

Tabelle 40: Wünsche, bzw. Bedürfnisse der staatlichen Kindergärten (4 Interviews)

- mehr Informationen für Eltern über gesunde Ernährung, Elternkurse
- einen Bewegungsraum, bzw. einen größeren Bewegungsraum und mehr Bewegungseinheiten
- mehr Möglichkeiten für Kinder im Freien zu sein – einen größerer Garten
- Bewegung und Ernährung im Kindergarten mehr fördern
- verschiedene Bereiche verschönern, erneuern
- mehr Personal und gut ausgebildete Assistenten/Assistentinnen
- kleinere Kindergruppen
- bessere Arbeitsbedingungen für das Personal

Wünsche, bzw. Bedürfnisse der privaten Kindergärten (19 Interviews)

- mehr Ausflüge im Freien mit integrierten Lernstunden
- mehr Infos für Eltern über gesunde Ernährung, mehr Informationstage etc. für Eltern (verpflichtend), aktivere Teilnahme der Eltern an Elternabenden, Themenbezogene Elternabende wo Eltern Tipps bekommen, mehr Zeit mit den Eltern, mehr Möglichkeiten zu Elterngesprächen
- mehr Unterstützung für Kindergärten, v.a. für private Kindergärten in Hinsicht auf Ansprechpartner, Psychologen, etc.
- Kindergarten renovieren und neu bestücken (neue Fenster, neuen Boden, neue Möbel, beste Ausstattung, Instrumente kaufen, neue Spiele
- mehr Platz , größere Räume (einen großen und gut ausgestatteten Bewegungsraum, einen eigenen bzw. größeren Garten, einen Speiseraum etc.
- Sprachförderung: verpflichtenden Deutschkurs für jeden Kindergarten und jedes Kind
- gratis Ernährungserziehung im Kindergarten und weiterführend auch in der Schule
- mehr Budget für Kindergärten und auch für Bildung und Gesundheit der Kinder

- nachhaltiger Umgang mit Nahrungsmitteln
- frisches Obst und Gemüse, ausgewogenes und frisches Essen in allen Kindergärten und Schulen, Obstjause für jeden Kindergarten, ein Koch für jeden Kindergarten
- den Boom des Fastfood-Essen reduzieren, bzw. xy-Firmen reduzieren
- mehr geleitete Ernährungsprojekt und ständige Zusammenarbeit mit fachlichen Beratern
- ausreichend Sport und Bewegungseinheiten
- Bildungssystem und Erlasse von Grund auf ändern, Bildungspläne ändern, Gratiskindergarten abschaffen
- bessere Arbeitsbedingungen. ein besseres internes System was das organisatorische betrifft, fixe Urlaubszeiten, bessere Bezahlung, mehr Personal, kleinere Kindergruppen, Seminare in der Dienstzeit, mehr Zeit für den Austausch unter Kolleginnen
- gesundes Essen billiger machen
- Schauen was vor Ort in den jeweiligen Kindergärten gebraucht wird

Bezüglich der Bedürfnisse in staatlichen und privaten Einrichtungen kann kein signifikanter Unterschied festgestellt werden. Alle Kindergärten, egal ob staatlich oder privat geführt, würden sich mehr Personal und besser ausgebildete Assistenten/Assistentinnen, kleinere Kindergruppen, bessere Arbeitsbedingungen, ein größeres Budget für Kindergärten (für Renovierungen, Ausstattungsmobiliar etc.), Förderungen für Bewegungs- (Bewegungsräume) und Ernährungseinheiten im Kindergarten und mehr Möglichkeiten sich im Freien aufzuhalten (Garten, Spielplatz) wünschen. Auch die Eltern müssten laut den Kindergartenpädagoginnen besser über gesunde Ernährung informiert werden. Dies kann z. B. bei themenbezogenen Elternabenden, Elternseminaren etc. stattfinden.

Speziell zwei Aussagen von Erzieherinnen aus privaten Einrichtungen fielen bezüglich der Bedürfnisse auf.

„Ich würde mir grundsätzlich mehr Unterstützung für die Kindergärten wünschen. Vor allem für die privaten Kindergärten. Ich weiß, dass es für die Gemeindekindergärten

einfacher ist. Die haben da viele Anlaufstellen. Aber als privater Kindergarten, da gibt es zum Beispiel keinen Psychologen. Wir haben immer wieder das Problem, dass wir Kinder haben, die in irgendeiner Form auffallen. Wir haben keine Ansprechpartner. Nicht zum Thema Ernährung, wir haben keinen Ansprechpartner zum Thema Gesetz. Das wirklich jemand da wäre, der sich mit Kindergärten auskennt. Wir haben keinen Ansprechpartner wenn es um Psychologen geht, usw. Wir müssen uns um alles selbst kümmern und die Eltern müssen es finanzieren. Gerade da ist dann auch das Problem, denn viele können es sich einfach nicht leisten.“ [ID6, Zeile 529-540]

„... Aber ich würde auch mehr schauen was man wirklich vor Ort braucht. Gerade auch bei Sprachförderung oder eben auch diese Vorschulerziehung. Bei uns ist es super, weil ich bin eben freigestellt. Und wie gesagt, mein Erhalten schaut da wirklich drauf, dass wir genug Personal haben. Aber ich kenne halt auch viele, die das dann zusätzlich zu den Kindern dann noch haben. Also da würde ich mehr darauf schauen und vielleicht bei Neuem. Nicht alles was neu ist, ist auch von den Konzepten her gut und so. Gewisse Dinge muss man den Gegebenheiten anpassen. Gerade jetzt auch bei der Personalnot. Da würde ich auch ein bisschen... Gerade jetzt auch bei den offenen Häusern, denen es zurzeit überhaupt nicht gut geht... Wir sind ja kein offener Kinderkarden. Uns geht es besser. Da würde ich nicht so starr an meinem Konzept festhalten. Ich glaube man kann ruhig ein paar Mal sagen „Okay. Jetzt passt es einmal nicht. Jetzt mach ich es ein bisschen anders.“ [ID22, Zeile 438-451]

Die gegensätzlichen Aussagen geben Aufschluss darüber, dass die aktuelle Situation der Kindergärten vom jeweiligen Träger und dessen Unterstützung abhängig ist.

Teilweise wünscht man sich mehr Beihilfe vom Träger durch geschulte Ansprechpartner für diverse Situationen und andererseits ist man mit dem Zustand sehr zufrieden, da man vom Erhalten genügend Freiraum für Entscheidungen erhält.

Laut Aussagen werden staatliche Betreuungseinrichtungen durch Leistungen der Gemeinde, des Bundes oder Landes, bzw. der ihnen zur Verfügung stehender Ärzte, Ansprechpartner, Psychologen etc. wesentlich besser betreut. Doch manchmal sind im Kindergartenalltag die Anforderungen der staatlichen Förderer nicht umsetzbar und

machen den Kindergartenpädagoginnen zu schaffen. Private Kindergärten haben hier mehr Freiraum für eigene Entscheidungen, bzw. Mitspracherecht.

4.6.6. Zusammenfassung der Kategorie Änderungswünsche/ -bedürfnisse

Im Großen und Ganzen sind die Kindergartenpädagoginnen sehr zufrieden mit ihrer Berufswahl. Sie fühlen sich in der familiären Atmosphäre der Kindergärten sehr wohl, finden die Teamarbeit mit den Kolleginnen, Eltern und Kinder super und können ihre eigenen Ideen in den Kindergartenalltag miteinbringen.

Um die Qualität der Kindertageseinrichtungen aufrechterhalten zu können, bzw. steigern zu können, sind laufende Erneuerung und Veränderungen notwendig. Der Kindergarten, bzw. die Bildungsbereiche müssen sich an aktuelle Situationen sowie an veränderte Lebensweisen anpassen. So sollte auf das Thema Gesundheit - Bewegung und Ernährung – stärker eingegangen werden. Vor allem Bewegungsräume und Gärten zum Austoben, sowie eine gute Zusammenarbeit zwischen Pädagogen/Pädagoginnen, Eltern und Kindern und eine entsprechende Aufklärung der Eltern wären im Gesundheitsförderungsbereich, laut Kindergartenpädagoginnen, sehr wichtig.

Auch in den organisatorischen Bereichen bedarf es einiger Änderungen. So würden sich die Pädagoginnen mehr gut ausgebildetes Personal wünschen, um besser auf jedes einzelne Kind eingehen zu können, die individuellen Bedürfnisse der Kleinen in Teil- oder Kleingruppen fördern zu können. Da viele Kindergärten auch schon ziemlich alt sind und das Mobiliar nicht das neueste ist, würden sich die Erzieherinnen auch mehr Budget wünschen, um diverse Bereiche zu sanieren und pädagogisch wertvolle Spiele anzuschaffen.

Begutachtet man die Bedürfnisse der staatlichen und privaten Kindergärten separat, so sind keine Unterschiede festzustellen. Die aktuelle Situation der Einrichtungen scheint vom jeweiligen Träger und dessen Unterstützung abhängig zu sein.

5. *Schlussbetrachtung*

In der vorliegenden Masterarbeit „Bedarfsanalyse hinsichtlich Ernährungserziehung im Kindergarten“ wurden die Ernährungserziehungs- und Ernährungssituation in Wiener Kindergärten evaluiert.

Die Hauptfragestellung der Untersuchung lautet:

**„BESTEHT EIN BEDARF HINSICHTLICH ERNÄHRUNGSERZIEHUNG IM
KINDERGARTEN?“**

Für die Beantwortung der Hauptfrage wurden in der Arbeit folgende Unterfragen gestellt, die nun beantwortet werden sollen.

Ist Ernährungserziehung in den Kindergärten aktuell ein Thema?

In den untersuchten Kindertagesstätten ist Ernährungserziehung aktuell ein wichtiges Thema. Bei den Mahlzeiten wird auf gesunde, abwechslungsreiche Speisenangebote geachtet. Durch die Analyse wurde deutlich, dass Kinder nicht nur Fastfood lieben, sondern auch Obst, Gemüse, Fisch und Vollkornprodukte gerne essen, wenn es ihnen angeboten wird. Es müssen auch nicht immer süße Säfte sein. In den Einrichtungen gibt es hauptsächlich Wasser und ungesüßte oder leicht gesüßte Früchte- und Kräutertees, die von den Kindern gerne getrunken werden.

Um den Kleinkindern gesunde Ernährung näher zu bringen finden auch zahlreiche interne Projekte zu diesem Thema statt. In welchem Umfang und wie solche Projekte umgesetzt werden, ist allerdings sehr unterschiedlich. Meist findet Ernährungserziehung im ganz normalen Kindergartenalltag statt, wenn Kinder Fragen bezüglich Ernährung haben oder bei den Mahlzeiten. Das Thema wird praktisch in den Alltag integriert. Spezielle Projekte zu gesunder Ernährung finden entweder in Form von Jahres- oder Monatsprojekten, zu gewissen Festlichkeiten oder den Jahreszeiten entsprechend statt. Durch Geschmack-Kims, Tast- und Geruch-Kims, gemeinsames Zubereiten von Speisen, Anpflanzen von Gemüse und Gestalten von Kräuterbeeten etc. wird den Kleinkindern das Thema verständlich und kindgerecht übermittelt.

Erzieherinnen sind sich darüber bewusst, dass zu einer optimalen Entwicklung auch genügend körperliche Aktivität gehört. So wird Bewegungserziehung, zusammen mit Ernährungserziehung, im Kindergarten angeboten.

Externe Projekte, in Zusammenarbeit mit Eltern, Kindern, Pädagoginnen und Ernährungsspezialisten finden hingegen nur selten statt. Dies müsste laut Pädagoginnen stärker gefördert und angeboten werden. Meist wird bei externen Projekten nur das Thema Ernährung oder Bewegung behandelt. Eine Kombination beider Bereiche wäre sinnvoll um eine vollständige Gesundheitsförderung zu gewährleisten. Zudem müssten die Projekte langfristig angelegt sein um eine langfristige Verhaltensveränderung zu ermöglichen.

Welche Ziele verfolgen Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen mit Ernährungserziehung im Kindergarten?

Generell möchten die Kindergartenpädagoginnen und -pädagogen mit Ernährungserziehung den Kindern schon in frühen Jahren eine gesunde Ernährung näher bringen, ein gesundes Essverhalten und Körperbewusstsein und den nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln vermitteln. Aber auch Tischsitten, Esskultur und Selbstständigkeit werden so von klein auf gefördert. Sehr viel Wert wird außerdem auf die Gemeinschaftlichkeit gelegt, das gemeinsame Einkaufen und Zubereiten der Mahlzeiten, das Decken des Tisches und vieles mehr. Das erlernte Wissen und Verhalten gegenüber Gesundheitsförderung soll in den Köpfen der Kinder gefestigt und so von Generation zu Generation weitergegeben werden. Über Kinder sind auch deren Eltern leichter erreichbar. Kinder setzen sich im privaten Umfeld zu Hause durch und können so die familiären Essgewohnheiten verändern.

Welche Schwierigkeiten gibt es in Kindergärten in Bezug zur Ernährungserziehung?

Schwierigkeiten treten nur vereinzelt auf. Kinder wollen teilweise ihnen nicht bekannte Speisen nicht probieren. Allerdings stellt laut den Pädagoginnen die Zusammenarbeit mit den Kindern ein geringeres Problem dar, als die Teamarbeit mit den Eltern. Denn das erlernte Ernährungsverhalten müsste auch zu Hause umgesetzt werden, um langfristig einen Erfolg zu erzielen. Teilweise gibt es Eltern, die sich sehr für bewusste

Ernährung engagieren, teilweise gibt es aber auch Eltern, die sich überhaupt nicht kümmern. Das Ernährungsbewusstsein und -verhalten der Eltern ist sehr von deren Wissen, Kultur, Religion, Einstellung gegenüber gesunder Ernährung und von deren Ernährungsgewohnheiten abhängig. Eltern müssten für Gesundheitsförderung mehr bewegt werden. Ihnen muss bewusst gemacht werden, dass sie eine Vorbildfunktion gegenüber ihren Kindern ausüben.

Gibt es Unterschiede im Vorgehen der Ernährungserziehung bei sozial-benachteiligten Kindern?

Unterschiede im Vorgehen der Ernährungserziehung bei sozial-benachteiligten Kindern sind in den Kindergärten nicht vorhanden. In den Einrichtungen bekommt jedes Kind dieselben Mahlzeiten und das gleiche Ernährungserziehungsangebot. Im privaten Umfeld sieht dies schon anders aus. Es liegt laut Erzieherinnen nicht am finanziellen Aspekt, sondern eher an der Einstellung der Eltern zu bewusster, ausgewogener Ernährung und dies ist wiederum, wie vorhin schon erwähnt, von Kultur, Nationalität, etc. abhängig.

Ist Ernährung für die Kinder und deren Eltern ein Thema?

Das Interesse der Kinder an Ernährungserziehung ist ungebremst, wenn es kindgerecht und spannend aufbereitet wird. Kinder sind für alles zu begeistern und machen aktiv mit. Sie lieben es auf den Markt zu gehen, gesunde Lebensmittel zu kaufen und diese dann im Kindergarten zuzubereiten. Das selbstgemachte Menü schmeckt dann natürlich besonders gut und wird von allen gerne gegessen.

Das Interesse der Eltern ist teilweise sehr groß und teilweise überhaupt nicht vorhanden. Meist wird die Verantwortung für gesunde, kindgerechte Ernährung den Kindergärten und somit den Pädagoginnen aufgedrängt und teilweise lassen sich Eltern in ihren Ernährungsgewohnheiten nicht beeinflussen. Die Zusammenarbeit hängt von der sozialen Schicht ab und ist teilweise sehr schwierig und anstrengend. Leider fehlt es den Betreuerinnen häufig an der Zeit, um Eltern über die Wichtigkeit des Themas aufzuklären.

Fühlen sich Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen durch ihre Grundausbildung ausreichend über Ernährung informiert?

Die befragten Personen absolvierten ihre Ausbildung zur Kindergartenpädagogin hauptsächlich in Österreich. Nur zwei Pädagoginnen erhielten ihre Ausbildung zur Kindergartenpädagogin in England und in Ungarn. Bei der Auswertung fiel auf, dass genau diese zwei Erzieherinnen sehr zufrieden mit der Wissensvermittlung über Ernährungserziehung von Kindergartenkindern durch die Ausbildung sind. Eine geringe Anzahl an Betreuerinnen ist sehr zufrieden mit der Integration des Themas in den Lehrplänen, doch der Großteil hätte sich mehr Praxis und Theorie dazu gewünscht. Ernährungserziehung im Kindergarten wird, laut den Aussagen der Pädagoginnen, nur am Rande behandelt und müsste mit mehr Stunden im Bildungsplan der BAKIP verankert werden.

Woher erhalten Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen Anregungen und Ideen zum Thema Ernährungserziehung im Kindergarten?

Das Wissen über kindgerechte, gesunde Ernährung und Ernährungserziehung von Kindern eignen sich die Kindergartenpädagoginnen meistens durch Selbstinitiativen und Selbstinteresse an. Z.B. wird in Büchern nachgelesen und im Internet nach Informationen gesucht, Workshops und Seminare werden besucht und auch durch den Austausch mit Kolleginnen oder Verwandten werden Ideen zur Umsetzung eingeholt. Auch dadurch, dass viele Pädagoginnen selbst Kinder haben und auf deren Ernährung achten, ist das Thema für die meisten sehr wichtig.

Wie schätzen Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen ihr Wissen über Ernährungserziehung im Kindergarten ein?

Ein Grundgerüst, Grundwissen über gesunde Ernährung von Kindern ist vorhanden. Die Erzieherinnen sind sich aber bewusst darüber, dass ständige Wissensweiterbildungen nötig sind. Durch die Schnelllebigkeit unserer Gesellschaft muss eine ständige Fortbildung in den Bereichen gesunde Ernährung, Lebensmittelqualität, Speisenzubereitung etc. stattfinden, um allen Aspekten einer kindgerechten Wissensbildung gerecht zu werden.

Welchen Änderungsbedarf sehen die Erzieher und Erzieherinnen in Bezug zu Gesundheitsförderung im Kindergarten?

Gesundheitsförderung ist ein sehr aktuelles Thema und wird auch in den Kindergärten beachtet. Für die Umsetzung zu Hause sind dann die Eltern verantwortlich und diese müssten mehr über ausgewogene Ernährung informiert werden. Z.B. durch Ernährungsseminare für Eltern, durch Kochworkshops etc. Viele Eltern müssen arbeiten und kochen zu Hause nicht mehr frisch. Durch externe Ernährungserziehungsprojekte mit Kindern, Eltern und Pädagoginnen zusammen, die langfristig und verpflichtend abgehalten werden, könnten alle Gruppen erreicht werden.

Um Ernährungserziehung in den Kindertageseinrichtungen qualitativ hochwertig umsetzen zu können, sind diverse Räumlichkeiten nötig. Dafür müssten mehr Platz und mehr Budget zur Verfügung gestellt werden. So würden sich die Kindergartenpädagoginnen einen großen Raum für Bewegungseinheiten wünschen; mit vielen verschiedenen Spielen, mit Ringen, Bällen, Matten etc. Auch ein eigener großer Garten wäre für viele sehr wichtig. Erstens für ausreichend Bewegungsmöglichkeiten und zweitens um selbst Gemüse und Kräuter anbauen zu können. So kann den Kindern näher gebracht werden, wie Gemüse etc. wächst, wie lange es dauert bis es auf deren Tellern ist und was zu welcher Jahreszeit geerntet werden kann. Weitere Wünsche sind eine eigene Küche um mit den Kindern gemeinsam Speisen zubereiten zu können und ein großer Speiseraum wo alle gemeinsam in einer ruhigen Atmosphäre ihre Mahlzeiten einnehmen können.

„BESTEHT EIN BEDARF HINSICHTLICH ERNÄHRUNGSERZIEHUNG IM KINDERGARTEN?“

Die Hauptfrage kann mit JA beantwortet werden. In allen am Interview teilnehmenden Kindergärten ist Ernährungserziehung im Kindergartenalltag integriert und in den internen Bildungsbereichen verankert. Kindern soll ein Wissen über frische Lebensmittel, unterschiedlichen Zubereitungsmethoden, Hygieneregeln, Tisch- und Esskultur und gesundheitsfördernde Ernährungsaspekte, vermittelt werden.

Alle untersuchten Kindergärten legen sehr viel Wert auf abwechslungsreiche, gesunde Mahlzeiten. Süßigkeiten oder ungesunde Jausen, die von zu Hause mitgebracht werden, sind nicht gern gesehen. Außerdem werden unterschiedlichste interne Projekte veranstaltet, um den Kindern ein gesundheitsförderndes Verhalten beizubringen. Alle Einrichtungen gaben an, dass ihre Kinder sehr interessiert an Ernährungsthemen sind. Sie arbeiten wahnsinnig gerne aktiv mit wie z.B. beim Sähen oder Ernten von Gemüse, Obst und Kräutern, sie kochen und backen mit Vorliebe, gehen auf den Markt, wo saisonale Lebensmittel verkostet werden. Wenn die Themen kindgerecht und interessant aufbereitet werden, steht dem Wissensdrang der Kleinen nichts im Wege.

Problematisch ist es, wenn es um die Zusammenarbeit mit den Eltern geht. Teilweise gibt es Eltern, die sehr engagiert sind und die Pädagoginnen und Pädagogen bei der Umsetzung der Vermittlung eines gesunden Ernährungsverhaltens unterstützen; teilweise gibt es aber auch Eltern die damit nicht konfrontiert werden wollen, ihre Ernährungsgewohnheiten beibehalten wollen und den Erziehungsauftrag über gesunde Ernährung den Kindergärten aufhalsen. Sie vergessen dabei vermutlich oft, dass vor allem sie eine Vorbildrolle gegenüber ihren Kindern haben. Nur in Zusammenarbeit mit dem privaten Umfeld kann den Kindern der Erziehungsbereich „gesundes Ernährungs- und Körperbewusstsein“ entsprechend vermittelt werden.

Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass sich Pädagogen und Pädagoginnen auf dem richtigen Weg, hinsichtlich der Umsetzung der Ernährungserziehung im Kindergarten befinden. Um die Situation weiter verbessern zu können, müssten folgende Aspekte beachtet werden:

- Gute Aus- und Fortbildungsmaßnahmen für Kindergartenpädagogen und -pädagoginnen müssen geschaffen werden. Pädagogen und Pädagoginnen müssen optimal ausgebildet, motiviert und in der Umsetzung unterstützt werden.
- Strukturell wirksame Rahmenbedingungen (Zeit, Räumlichkeiten, Budget etc.) für präventive Maßnahmen müssen gesetzt werden.
- Eltern müssen sich ihrer Vorbildrolle bewusst werden und durch Spezialisten laufend geschult und unterstützt werden.

Denn nur durch engagierte, motivierte Erzieherinnen und Erzieher im Kindergarten und im privaten Umfeld und durch das Verantwortungsbewusstsein von politischen Trägern, die eine frühe Gesundheitsförderung unterstützen, kann Ernährungserziehung qualitativ hochwertig umgesetzt werden.

6. *Zusammenfassung*

Wie auch in anderen Industrieländern, ist österreichweit ein Anstieg übergewichtiger und mangelernährter Kind erkennbar. Dies bedingt ein erhöhtes Risiko für Folgeerkrankungen. Um diesen Trend stagnieren und senken zu können, muss von klein auf ein optimales Ernährungsbewusstsein geschaffen werden, wofür alle Erziehungspersonen zusammenarbeiten und sich ihrer Vorbildrolle bewusst werden müssen. In immer mehr Familien gehen beide Elternteile arbeiten. Durch den veränderten Lebensstil der Erziehungsberechtigten werden die Kinder tagsüber meist in Tageseinrichtungen untergebracht, in denen sie zwischen 2 bis 3 Mahlzeiten zu sich nehmen. Kindertagesstätten stellen die erste Bildungsinstitution dar und sind ein Setting in welchem Kinder ihr Gesundheitsverhalten formen und festigen. Da das Ernährungsverhalten und Gesundheitsbewusstsein vor allem in den ersten Lebensjahren geprägt wird, ist es besonders wichtig in den Kindertagesstätten mit Ernährungserziehung und Bewegungserziehung zu beginnen. Demzufolge leitet sich die Forschungsfrage „Besteht ein Bedarf hinsichtlich Ernährungserziehung in Kindergärten?“ ab.

Die Befragung von 23 Kindergartenpädagoginnen in Wiener Kindergärten (städtische und private) und die Interpretation der transkribierten Interviews anhand der qualitativen Inhaltsanalyse (inhaltliche Strukturierung) nach Mayring, brachte zahlreiche Aufschlüsse der aktuellen Situation hinsichtlich Ernährungserziehung in Kindergärten mit sich.

Die Forschungsfrage kann mit JA beantwortet werden. Dem Thema Ernährung wird immer mehr Aufmerksamkeit geschenkt; sowohl von Seiten der Pädagogen und Pädagoginnen, als auch teilweise von Seiten der Eltern. Ernährungserziehung wird jeden Tag in den Kindergartenalltag integriert und in internen oder externen Ernährungserziehungsprojekten gefestigt. Das Verpflegungsangebot in den Einrichtungen ist laut den Interviewten kindgerechte und ausgewogen.

Schwierigkeiten hinsichtlich Ernährungserziehung gibt es vor allem hinsichtlich der Verantwortung der Eltern in ihrer Vorbildfunktion. Manche Eltern möchten ihren Lebensstil in Richtung gesunder Ernährung nicht ändern, sind sich dessen Auswirkung

nicht bewusst oder schieben die Verantwortung den Kindergärten zu. Um die Wichtigkeit einer gesunden Kinderernährung den Eltern näher bringen zu können, fehlt den Kindergartenpädagoginnen oft die Zeit, teilweise auch ein fundiertes Know-How und die Teilnahmebereitschaft der Eltern an Elternabenden.

Zu einer positiven Kinderentwicklung gehört neben einer ausgewogenen Ernährung auch ausreichend Bewegung. Die Umsetzung der Bewegungserziehung ist in allen Einrichtungen und auch in den Ausbildungslehrplänen sehr positiv zu verzeichnen.

Ein Verbesserungsbedarf besteht in der Unterstützung der Kindergärten von externen Stellen und hinsichtlich des Budgets, welches für diverse Aktivitäten und Materialien benötigt wird. Aber auch Aus- und Weiterbildungen müssen bezüglich Ernährungserziehung verbessert werden. In den Lehrplänen der Ausbildung zur/zum Kindergartenpädagogin/-pädagogen muss Ernährungserziehung durch eine Erhöhung der Semesterstunden in theoretischen und praktischen Einheiten praxisbezogener und umfangreicher gelehrt werden. Um am aktuellen Stand bleiben zu können, müssen auch Fortbildungsveranstaltungen geschaffen werden, die wenn möglich nicht kostenpflichtig sind und zu einer Zeit stattfinden, in der viele Pädagogen und Pädagoginnen teilnehmen können. Aber auch Eltern müssen hinsichtlich ihrer Rolle als Vorbilder geschult werden. Dafür schlagen die Pädagoginnen verpflichtende Elternseminare und Informationsveranstaltungen im Kindergarten vor.

Um dem Trend entgegenzuwirken, dass aus übergewichtigen Kindern auch übergewichtige Erwachsene und somit eine krankhafte Gesellschaft wird, die das Gesundheitssystem belastet, müssen alle Akteure, die für die Kindergesundheit verantwortlich sind, zusammenarbeiten. Nur durch Kooperation von Kindergartenpädagogen/ -pädagoginnen, Eltern, Gemeinschaftsverpflegungsbetrieben und politischen Verantwortlichen kann eine gesundheitsfördernde Umgebung geschaffen werden, die alle Aspekte zur Förderung eines optimalen Gesundheitsbewusstseins von Kindern berücksichtigt.

7. *Summary*

As in other industrialized countries, in Austria an increase in overweight and malnourished children is recognized. This has devastating effects on their development and increases the risk of chronic diseases. To stop this trend we must promote healthy nutrition. Educators must become aware of their role as a model. In more and more families both parents have to go to work. Due to the changing lifestyle of the guardians, their children have to stay from early years on in childcare centers, in which they take between 2 to 3 meals a day. Childcare centers are the first educational institutions and are forming a setting in which children consolidate their health behaviors and health awareness. Dietary behavior and health consciousness are characterized mainly in the first years of life and therefore it is especially important to start early with nutrition education and physical education. For all this reasons the research question "Is there a need in terms of nutrition education in childcare centers?" is derived.

The examination of 23 kindergarten teachers in childcare centers in Vienna (municipal and private) and the interpretation of the transcribed interviews using the qualitative content analysis (content structure) of Mayring brought out numerous outcrops of the current situation with regard to nutrition education in kindergartens.

The research question can be answered with YES. The subject of nutrition is given more and more attention; from teachers and educators, but also partly due to the parents. Nutrition education is integrated into everyday life in the kindergartens and is strengthened in internal or external nutrition education projects. The food supply in the facilities, according to the interviews, is child-friendly and balanced. To analyze the quality of kindergarten menus more closely, a further study of the food compositions must be done.

Difficulties in terms of nutrition education are primarily the responsibility of parents in their role models. Some parents do not want to change their lifestyle towards healthy nutrition. They don't know the effect of an unhealthy lifestyle and push their responsibility to the childcare centers. To bring the importance of a healthy diet for children closer to parents, the kindergarten teachers often have lack of time, sometimes

also a solid know-how and the willingness of parents to participate in parent-teacher conferences.

A positive children development includes a balanced diet and plenty of exercises. The implementation of physical activity education is noted in all institutions of childcare centers and in the school curricula of childcare teachers very positive.

An improvement is needed in the support of kindergartens forth by external bodies and in terms of budget, which is needed for various activities and materials. But also training and education regarding nutrition education must be improved. In the school curricula of kindergarten educators nutrition education has to be more focused on, theoretical and practical. Therefore credit hours on nutrition education have to be increased. To get updates regularly further training units have to be offered. If it is possible they should be free and take place at a time where teachers and educators are able to participate. But also parents need to be trained in their role as role models. Therefore educator mandatory seminars and information session for parents in the childcare centers are necessary.

To counter the trend, that obese children become overweight adults, and a morbid society that burdens the health care system, all players which are responsible for children's health must work together. Only through a cooperation of kindergarten staff, parents, catering companies and policy makers, a healthy environment can be created, that consider all aspects of the promotion of optimal health awareness of children.

8. Literaturverzeichnis

ALEXU U, CLAUSEN K, KERSTING M. Die Ernährung gesunder Kinder und Jugendlicher nach dem Konzept der Optimalen Mischkost. In Kinderernährung aktuell: Schwerpunkte für Gesundheitsförderung und Prävention. UMSCHAU Zeitschriftenverlag GmbH, Suzbach/Deutschland, 2009, Seite 29-39

ÄMTER DER LANDESREGIERUNGEN der österreichischen Bundesländer, Magistrat der Stadt Wien, Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur. Bundesländerübergreifender Bildungsrahmenplan für elementare Bildungseinrichtungen in Österreich. 2009. Internetquelle: <http://www.bmukk.gv.at/medienpool/18698/bildungsrahmenplan.pdf> (Datum Zugriff: 16.8.2011)

ATTESLAND P. et al. Methoden der empirischen Sozialforschung. 10., neu bearbeitete und erweiterte Auflage, Walter de Gruyter, Berlin, 2003

BARLÖSIUS E. Wie lernen Kinder Essen und Trinken? In Ernährungsumschau, Oktober 2009, 56. Jahrgang, Seite 574-575

BARTSCH S. Einflüsse auf das Essverhalten Jugendlicher. In Kinderernährung aktuell: Schwerpunkte für Gesundheitsförderung und Prävention. UMSCHAU Zeitschriftenverlag GmbH, Suzbach/Deutschland, 2009, Seite 92-101

BUCHNER U und ZAHRA RA. Ernährungsbildung in Österreich, Stand und Entwicklung der Ausbildungssituation. Herausgeber: Thematisches Netzwerk Ernährung, Juli 2009. Internetquelle: http://imst.uniklu.ac.at/programme_prinzipien/rn_tn/thema/ernaehrung/berichte/Anhang1%20Ern%C3%A4hrung%202009.pdf (Datum Zugriff: 11.8.2011)

BUNDESKANZLERAMT RECHTSINFORMATIONSSYSTEM (RIS). Bundesgesetz vom 25. Juli 1962 über die Schulorganisation (Schulorganisationsgesetz). Gesamte Rechtsvorschrift für Schulorganisationsgesetz, Fassung vom 16.08.2011. Internetquelle: <http://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung/Bundesnormen/10009265/SchOG%2c%20Fassung%20vom%2016.08.2011.pdf> (Datum Zugriff: 16.8.2011)

BUNDESMINISTERIUM FÜR GESUNDHEIT (BMG). Nationaler Aktionsplan Ernährung inkl. Maßnahmenübersicht und Planung 2011 (NAP.e). Wien/Österreich, 2011, Internetquelle:
http://www.bmg.gv.at/cms/home/attachments/1/3/0/CH1046/CMS1264514565545/nape_210111.pdf (Datum Zugriff: 24.7.2011)

BUNDESMINISTERIUM FÜR GESUNDHEIT (BMG). Ernährungspyramide für Kinder. Wien, 2011. Internetquelle:
http://bmg.gv.at/cms/home/attachments/0/5/4/CH1047/CMS1297084208363/ml_poster_kinderernaehrungspyramide_a4.pdf (Datum Zugriff: 24.7.2011)

BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR. BGBl. II Nr. 327 v. 12. August 2004. Lehrplan der Bildungsanstalten für Kindergartenpädagogik. Internetquelle: http://www.bmukk.gv.at/medienpool/11754/lp_bakip_anl.pdf (Datum Zugriff: 16.8.2011)

BUNDESMINISTERIUM FÜR UNTERRICHT, KUNST UND KULTUR: Standorte der Bildungsanstalten für Kindergartenpädagogik. Internetquelle:
http://www.abc.berufsbildendeschulen.at/de/standorte.asp?type=1&styp=14&menu_id=486 (Datum Zugriff: 16.8.2011)

BUNDESMINISTERIUM FÜR WIRTSCHAFT, FAMILIE UND JUGEND (BMwfj). Gratiskindergarten und verpflichtender Besuch. Internetquelle:
<http://www.bmwfj.gv.at/Familie/Kinderbetreuung/gratiskindergarten/Seiten/default.aspx> (Datum Zugriff: 7.8.2011)

DACH. Die Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. 3. korrigierter Nachdruck der 1. Auflage, Umschau Braus GmbH, 2008]

DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG E. V. (DGE). Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. 2. überarbeitete Auflage, Bonn, 2009. Internetquelle: http://www.bmelv.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/Kita-Schule/QualitaetsstandardsKindertageseinrichtungen.pdf?__blob=publicationFile (Datum Zugriff: 11.8.2011)

DIE KINDERFREUNDE. KIZ-Programm Sommersemester 2011. Internetquelle: <http://www.wien.kinderfreunde.at/Bundeslaender/Wien/Unser-Angebot/Weiterbildung-KIZ> (Datum Zugriff: 18.8.2011)

DOMMERMUTH Y. Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. In Ernährungsumschau, Februar 2010, 57. Jahrgang: Seite B5–B8

EICHHORN C. Strategien für präventives Ernährungsverhalten bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland. LIT Verlag Dr. W. Hopf, Berlin, 2007, Seite 31-36

ELLROTT T. Die Entwicklung des Essverhaltens im Kindes- und Jugendalter. In Kinderernährung aktuell: Schwerpunkte für Gesundheitsförderung und Prävention. UMSCHAU Zeitschriftenverlag GmbH, Suzbach/Deutschland, 2009, Seite 66-77

ELMADFA I, FREISLING H, KÖNIG J et al. Österreichischer Ernährungsbericht 2003. 1. Auflage, Wien, 2003.

ELMADFA I, FREISLING H, NOWAK V, HOFSTÄDTER D, et al. Österreichischer Ernährungsbericht 2008. 1. Auflage, Wien, 2009

FLICK U. Qualitative Sozialforschung – eine Einführung. Überarbeitete Neuauflage, Rowohlt Taschenbuch Verlag, Hamburg 2007

FLICK U. Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung. Vollständig überarbeitete und erweiterte Neuauflage, Rowohlt-Taschenbuch-Verlag, Reinbek bei Hamburg, 2007

FONDS GESUNDES ÖSTERREICH (FGÖ). Gesundheitsdeterminanten (nach WHITEHEAD und DAHLGREN, 1991). Internetquelle: <http://www.fgoe.org/pressepublikationen/downloads/fotos-grafiken/ernaehrungspyramide-infografiken> (Datum Zugriff: 22.7.2011)

HEINDL I. Studienbuch Ernährungsbildung: Ein europäisches Konzept zur schulischen Gesundheitsförderung. Julius Klinkhardt, Deutschland 2003, Seite 225 – 241

HOCHSCHULE FÜR AGRAR- UND UMWELTPÄDAGOGIK. Seminare 2012 für Kindergartenpädagoginnen. Internetquelle:

<http://www.agrarumweltpaedagogik.ac.at/cm2/index.php/kindergartenpaedagoginnen/seminare> (Datum Zugriff: 10.1.2012)

HOCHSCHULE FÜR AGRAR- UND UMWELTPÄDAGOGIK. Seminare 2012 für Kindergartenpädagoginnen. Spaß und Erfolg mit Gemüse im (Kinder)Garten.

Internetquelle:

<http://www.agrarumweltpaedagogik.ac.at/cm2/index.php/kindergartenpaedagoginnen/seminare/490-d03-spass-und-erfolg-mit-gemuese-im-kinder-garten-fensterbank-terrasse-und-garten> (Datum Zugriff: 10.1.2012)

HÖHL K. Geschmäcker sind verschieden. Wie sich Geschmackspräferenzen prägen und entwickeln. In Fakten, Trends und Meinungen - Gesunde Ernährung interdisziplinär aufbereitet. Dr. Rainer Wild-Stiftung. Stiftung für gesunde Ernährung. Ausgabe 3 – 2008, November 2008, Seite 1–5. Internetquelle: http://www.gesunde-ernaehrung.org/mediadb/Presse/Fact_Sheet/Themenpapier_3-_final.pdf (Datum Zugriff: 7.8.2011)

KIEFER I et al. Erster österreichischer Adipositasbericht 2006. Wien, August 2006, Internetquelle: http://www.medical-tribune.at/mm/mm002/Adipositasbericht_2006.pdf (Datum Zugriff: 5.8.2011)

KLICHE T. et al. Prävention und Gesundheitsförderung in Kindertagesstätten. Eine Studie zu Determinanten, Verbreitung und Methoden für Kinder und Mitarbeiterinnen. Juventa Verlag Weinheim und München, 2008

KLICHE T. Leistungen und Bedarf von Kitas für Prävention und Gesundheitsförderung: Ergebnisse der bundesweiten Pilotstudie. Kurzbericht, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, 2007 Internetquelle: <http://www.uke.de/extern/qip/unterseiten/service-zusatz/download-zusatz/Bericht%20Experten%20Kita.pdf> (Datum Zugriff: 11.8.2011)

KLUG S. Gesund Essen mit Spaß: Für Kinder von 1 - 6 Jahren. GU Ratgeber Kinder, Dezember 2009

KROMEYER-HAUSCHILD K, WABITSCH M, KUNZE D et. al. Perzentile für den Body-mass-Index für das Kindes- und Jugendalter unter Heranziehung verschiedener deutscher Stichproben. Monatsschr Kinderheilkd 8, 2001, Seite 807–818

MAGISTRATSABTEILUNG WIENER KINDERGÄRTEN (MA 10). Bildungsplan. September 2006 Internetquelle:
<http://www.wien.gv.at/bildung/kindergarten/pdf/bildungsplan.pdf> (Datum Zugriff: 18.8.2011)

MAGISTRATSABTEILUNG WIENER KINDERGÄRTEN (MA 10). Der beitragsfreie Kindergarten - Regelungen im Überblick. Internetquelle:
<http://www.wien.gv.at/bildung/kindergarten/regelungen.html> (Datum Zugriff: 9.8.2011)

MAGISTRATSABTEILUNG WIENER KINDERGÄRTEN (MA 10). Die MA 10 stellt sich vor. Internetquelle: <http://www.wien.gv.at/bildung/kindergarten/abteilung/info.html> (Datum Zugriff 9.8.2011)

MAGISTRATSABTEILUNG WIENER KINDERGÄRTEN (MA 10). Pädagogische Schwerpunkte – Wiener Kindergärten. Internetquelle:
<http://www.wien.gv.at/bildung/kindergarten/abteilung/schwerpunkte.html> (Datum Zugriff: 9.8.2011)

MAXQDA¹⁰. MAXQDA¹⁰ the Art of Text Analysis. Internetquelle: www.maxqda.de

MAYRING PH. Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 11., aktualisierte und überarbeitete Auflage, Beltz Verlag, Deutschland, 2010

METHFESSEL B. Anforderungen an eine Reform der schulischen Ernährungs- und Verbraucherbildung. In Kinderernährung aktuell: Schwerpunkte für Gesundheitsförderung und Prävention. UMSCHAU Zeitschriftenverlag GmbH, Suzbach/Deutschland, 2009, Seite 102-116

METHFESSEL B. (Warum) Sind dicke Kinder ein Problem? In Kinderernährung aktuell: Schwerpunkte für Gesundheitsförderung und Prävention. UMSCHAU Zeitschriftenverlag GmbH, Suzbach/Deutschland, 2009, Seite 127-135

MÜLLER MJ, LANGE D, LANDSBERG B, PLACHTA-DANIELZIK S. Soziale Ungleichheiten im Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen. In Ernährungsumschau, Februar 2010, 57. Jahrgang, Seite 78-83

MÜLLER MJ, LANDSBERG B, PLACHTA-DANIELZIK S. Prävalenz und Prävention von Übergewicht und Adipositas im Kindesalter. In Kinderernährung aktuell: Schwerpunkte für Gesundheitsförderung und Prävention. UMSCHAU Zeitschriftenverlag GmbH, Suzbach/Deutschland, 2009, Seite 118-126

NUTGECS (A Nutrition Guide for Early Childhood Active Stakeholder) PROJECT WEBSITE. Internetquelle: <http://www.nutgecs.eu/index.html> (Datum Zugriff: 24.7.2011)

ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG (ÖGE). Tipps zur Umsetzung einer optimalen Kindergartenverpflegung. Teil des Moduls 5, 2010/2011. Internetquelle: http://www.oege.at/php/current/upload/pdfs/Tipps_zur_Umsetzung_einer_optimalen_Kindergartenverpflegung.pdf (Datum Zugriff: 18.8.2011)

ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG. Die Akademie für Ernährung und Lebensmittelqualität. Internetquelle: <http://www.oege.at/php/current/content.php?c=2104> (Datum Zugriff: 18.8.2011)

ÖSTERREICHISCHER DACHVERBAND DER BERUFSGRUPPEN DER KINDERGARTEN- UND HORTPÄDAGOGEN/-PÄDAGOGINNEN (ÖDKH). Die Bundesländer im Vergleich. Internetquelle: <http://www.oedkh.at/oedkh-home.htm> (Datum Zugriff: 7.8.2011)

ÖSTERREICHISCHER DACHVERBAND DER BERUFSGRUPPEN DER KINDERGARTEN- UND HORTPÄDAGOGEN/-PÄDAGOGINNEN (ÖDKH). Forderungen. Internetquelle: <http://www.oedkh.at/oedkh-home.htm> (Datum Zugriff: 7.8.2011)

ÖSTERREICHISCHES GRÜNES KREUZ (ÖGK). Studienbericht: Österreichweite Feldstudie zur Erhebung der Prävalenz von Übergewicht bei 6- bis 14-jährigen

Schülerinnen und Schülern. Wien, 2007, Internetquelle: http://www.gruenes-kreuz.org/oegk/tl_files/gruenes_kreuz/dynamics/files/1197368158_Studienbericht.pdf (Datum Zugriff: 24.7.2011)

PASSLER D. Die Rolle von Kindergärten in der Prävention von Übergewicht und Adipositas. In Ernährung/Nutrition, Volume 32, April 2008: Seite 160-166

ROHRMANN T. Wofür ein Mann gebraucht wird. In Kindertageseinrichtungen aktuell KiTa Spezial, Nr. 2/2001, überarbeitete Fassung von 2005, Seite 35-38

SCHMIDT S. Wie Essverhalten in der Familie geprägt wird. In Kinderernährung aktuell: Schwerpunkte für Gesundheitsförderung und Prävention. UMSCHAU Zeitschriftenverlag GmbH, Suzbach/Deutschland, 2009, Seite 78-91

SIEBERT D und HARTMANN T. Themen Gesundheitsfördernder Hochschulen/Gesundheitspädagogik. 1. Auflage, Hochschule Magdeburg-Stendal (FH), März 2008. Internetquelle: http://www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de/Inhalte/G_Themen/G10_Gesundheitspaedagogik/G10_Gesundheitspaedagogik.pdf (Datum Zugriff: 22.7.2011]

SPECHT W. Nationaler Bildungsbericht Österreich 2009. Band 2, Leykam Buchverlagsgesellschaft m.b.H. Nfg. & Co KG, Graz 2009

STATISTIK AUSTRIA. Kindertagesheimstatistik 2010/2011. Wien/Österreich, 2011, Internetquelle: http://www.statistik.at/web_de/dynamic/statistiken/bildung_und_kultur/formales_bildungswesen/kindertagesheime_kinderbetreuung/publikationen?id=5&webcat=133&nodeId=287&frag=3&listid=133 (Datum Zugriff: 24.7.2011)

STATISTIK AUSTRIA. Schulstatistik 2009/10. Männliche Schüler 2009/10 nach detaillierten Ausbildungsarten. Erstellt am 29.11.2010. Internetquelle: http://www.statistik.at/web_de/statistiken/bildung_und_kultur/formales_bildungswesen/schulen_schulbesuch/034213.html (Datum Zugriff: 14.8.2011)

STATISTIK AUSTRIA. Schulstatistik 2009/10. Schulen 2009/10 nach detaillierten Ausbildungsarten. Erstellt am 29.11.2010. Internetquelle:

http://www.statistik.at/web_de/statistiken/bildung_und_kultur/formales_bildungswesen/schulen_schulbesuch/020955.html (Datum Zugriff: 14.8.2011)

STATISTIK AUSTRIA. Schulstatistik 2009/10. Weibliche Schülerinnen 2009/10 nach detaillierten Ausbildungsarten. Erstellt am 29.11.2010. Internetquelle: http://www.statistik.at/web_de/statistiken/bildung_und_kultur/formales_bildungswesen/schulen_schulbesuch/034214.html (Datum Zugriff: 14.8.2011)

STATISTIK JOURNAL WIEN, MA 05, MA 10, MAG ELF. Die Stadt in Zahlen. Kinderbetreuung in Wien. Edition 1/2010, Teil 1-3, Internetquelle: <http://www.wien.gv.at/statistik/publikationen/kinderbetreuung.html> (Datum Zugriff: 6.8.2011]

STEINBACH H. Gesundheitsförderung: Ein Lehrbuch für die Pflege- und Gesundheitsberufe. 3., aktualisierte Auflage, Facultas Verlags- und Buchhandels AG, Wien/Österreich, 2011

VEIGL C. Evaluierung von Gesundheitsinterventionen bei ein- bis sechsjährigen Kindern. Diplomarbeit am Institut für Ernährungswissenschaften, Wien, Mai 2011

VEITL V. Ernährungssituation von Kleinkindern. In Ernährungsmedizin, 1/2006, Seite 6-12

VHS BRIGITTENAU. Gestaltung und Pflege von kindgerechten Gärten. Internetquelle: [http://www.vhs.at/kurskategorien.html?&no_cache=1&tx_vhskurse_pi2\[hkat\]=60&tx_vhskurse_pi2\[skat\]=3122&tx_vhskurse_pi2\[offset\]=60&tx_vhskurse_pi2\[no_cache\]=1&hkat=60&skat=3122](http://www.vhs.at/kurskategorien.html?&no_cache=1&tx_vhskurse_pi2[hkat]=60&tx_vhskurse_pi2[skat]=3122&tx_vhskurse_pi2[offset]=60&tx_vhskurse_pi2[no_cache]=1&hkat=60&skat=3122)

WELTGESUNDHEITSORGANISATION (WHO). Glossar Gesundheitsförderung. Deutsche Übersetzung (DVGE) des Glossars von Don Nutbeam. Verlag für Gesundheitsförderung G. Conrad, Gamburg, 1998

WIENER KINDERTAGESHEIMGESETZ (WKTHG). Landesgesetzblatt LGBl 17/2003 [CELEX-Nrn.:392L0051 und 301L0019]. Internetquelle: <http://www.wien.gv.at/recht/landesrecht-wien/landesgesetzblatt/jahrgang/2003/html/lg2003017.htm> (Datum Zugriff: 9.8.2011)

WIENER ZENTRUM FÜR ELEMENTARPÄDAGOGIK (paedagogika). Kolleg CHANGE. Internetquelle:

<http://www.paedagogika.at/bildung/bakip21/kolleg/change/home/intro.html> (Datum Zugriff: 16.8.2011)

WIENER ZENTRUM FÜR ELEMENTARPÄDAGOGIK (paedagogika). Kolleg PICK-UP. Internetquelle: <http://www.paedagogika.at/bildung/bakip21/kolleg/pick-up/home/intro.html> (Datum Zugriff: 16.8.2011)

9. Anhang

Der Masterarbeit ist eine CD-ROM beigelegt, welche folgende Daten beinhaltet:

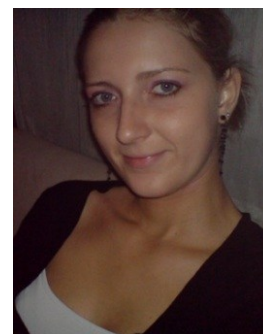
- die Masterarbeit in PDF-Format
- den Interviewleitfaden
- das Kategoriensystem
- den Kodierleitfaden

Außerdem ist der Arbeit ein Lebenslauf der Verfasserin beigelegt (siehe nachstehende Seiten).

Nadja Aigner, Bakk.rer.nat

ARTHABERPLATZ 10/ TÜR 11 • 1100 WIEN

Familienstand: ledig
Staatsangehörigkeit: Österreich
Geburtsdatum: 19. Dezember 1984
Geburtsort: Villach



AUSBILDUNG

- 1999 – 2004 HLW für wirtschaftliche Berufe, Hermagor/ Kärnten
- Oktober 2005 – November 2009 Bakkalaureatsstudium für Ernährungswissenschaften an der Universität Wien
- November 2009 – Jänner 2012 Masterstudium für Ernährungswissenschaften an der Universität Wien (Schwerpunkt: Public Health)

BERUFSERFAHRUNG

- Sommer 2010: 3 Monate Praktikum im Gemeinschaftsverpflegungsbereich im Familienhotel Kreuzwirt
- Wintersemester 2010: 8-wöchiges Praktikum im Bereich Medienrecherche an der Universität Wien, Prof. König

KONGRESSE

- März 2010: *2. Österreichisches Soja-Symposium „Hunger auf Neues“*
Veranstalter: Verein Soja aus Österreich
- November 2010: *„Gender Medicine“ – von der Theorie zur Praxis*
Veranstalter: Frauengesundheitsbeauftragte der Stadt Wien, Medizinische Universität Wien
- November 2010: *„Ernährung durch den Lebenszyklus – Empfehlungen zwischen Theorie und Praxis“*
Veranstalter: Österreichische Gesellschaft für Ernährung
- Dezember 2010: *GESUNDHEIT fördert BESCHÄFTIGUNG*
Veranstalter: Netzwerkes Gesundheitsförderung und Arbeitsmarktintegration